Lärobok

i

Personlig Magnetism.

Självbehärskning

och

Karaktärsbildning.

Af VICTOR TURNBULL.

Psykologiska Förlaget
VAN TUYL DANIELS
BERLIN W. 8.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING.

INLEDNING.

Personlig magnetism är förmågan hos människan att hos en annan väcka intresse, förtroende, vänskap och kärlek. Författarens afsikt är att på ett lättfattligt sätt göra läsaren förtrogen med det personliga inflytandets hemligheter. Han har sökt framställa, huru läsaren omedelbart skall kunna tillgodogöra sig frukterna af sitt arbete, ej senare, då allt hopp försvunnit och hvarje lefnadsnjutning blifvit en omöjlighet; icke då hvarje möjlighet för den forskande att nå ett godt resultat är utesluten, utan just i detta ögonblick, då man personligen kan draga nytta af dessa kunskaper.

De, hvilka studerat denna lärobok säga, att författaren lyckats väl i sin uppgift. De framhålla, att den konsekvens, hvarmed teoretiska afhandlingar i detta värk undvikits, mycket bidragit till att göra grundsatserna lättförstådda, och att man fördelaktigt kan använda dem, samt att boken härigenom kan uppvisa framgångar, där andra anspråksfullare likväl genom obegripliga och osammanhängande utryck förfela att vara till nöje och nytta.

Författaren stöder sig därföre på sina läsares uttalanden och ber om ursäkt för den afsiktligt familiärt hållna okonstlade stilen i sin lärobok.

FÖRFÄTTARENS FÖRORD.

Jag tror, att jag vågar fast påstå, att såväl män som kvinnor äga samma önskan, nämligen den att hafva inflytande på andra; för mannen betyder detta makt, rikedom och lycka, för kvinnan åter anseende, popularitet, förnöjsamhet och kärlek.

Att denna önskan är uteslutande god, har man genast klart för sig. Detta traktande efter inflytande kan ingalunda anses vara förnedrande. Ovärdigt är det ej att önska sig äga rikedom, ty denna är ju endast ett medel att höja männskans värde. Drag Eder till minnes världsberömda män och kvinnor, hvilka för ett tjugotal år sedan eller redan tidigare uppställdes Eder som efterföljansvärda exempel. De voro som strålande ledfyrar i deras ögon, hvilka vakade öfver Eder andliga utveckling. Edra föräldrar och lärare talade med vördnad om dem och önskade endast, att Ni skulle följa dem i spåren och stiga lika högt som dessa mensklighetens förebilder. Var det en villfarelse att så högt uppskatta den mänskliga karaktären? Jag tror det ej. Dessa stora snillen måste alltid sväfva för våra ögon, och analysen af deras karaktär förklarar för oss deras lefnadsvisdoms hemligheter, hvilka gjort dem så berömda och inflytelserika. Låt mig därföre för Eder förklara orsakerna till deras framgång.

I denna läroboks tre första lektioner har jag bemödat mig att förklara några allmänna grunddrag vid studerandet af den personliga magnetismen, på det att enhvar, som önskar befatta sig med detta värk, härigenom lättare skulle finna vägen till efterföljande speciella undervisning och närmare stifta bekantskap därmed.

I LEKTIONEN.

Huru vi förnimma en kraft. — Förrådsbatteriet. — Andliga strömmars förefintlighet.

Huru vi förnimma en kraft. — Jag skulle gärna vilja tala med Eder rätt förtroligt, och om mina enkla jämförelser för den ultralärda förefalla för litet vetenskapliga, ber jag honom vänta med sitt omdöme, tills han grundligt studerat detta värk och iakttagit värkan af de däri framstälda lärorna. Mitt talesätt är afsedt att lätt förstås af alla, såväl af enkel man som enkel kvinna, hvilka fordra fakta samt af den stora allmänheten, som traktar efter anvisning att förbättra sina förhållanden, och icke efter vetenskapliga afhandlingar.

* * *

Förrådsbatteriet. — Ni har väl knappast någonsin kommit att tänka på, att Eder kropp är ett slags elektriskt batteri, som oupphörligt upptager och gifver ifrån sig kraft, som är försedt med positiva och negativa strömmar, hvilka man ibland kommer att förnimma, t. ex. då man vill göra intryck på andra, ibland åter icke känner, då man oafsiktligt gör ett angenämt eller oangenämt intryck på någon. På detta sätt har Ni städse inflytande på andra och stå själfva — med eller mot Eder vilja — under deras inflytande.

* * *

Andliga strömmars förefintlighet. — Härtill behöfves onekligen en kraft.

Är det tankekraft? Nej, ty tilldragandet eller frånstötandet sker utan medvetet tänkande från Eder sida; dock är det kanhända en del af tänkandet.

Är det elektricitet? — Elektricitet är endast ett namn på en för oss oförklarlig kraft.

Och hvad är det om icke tankekraft eller elektricitet? Man kallar det för magnetism, emedan man icke har något annat namn på det. Man kallar det med rätta till en andlig ström, emedan densamma i många afseenden kan jämföras med elektrisk ström. Det är en kraft, som vi kunna lära oss använda och behärska alldeles på samma sätt, som vi lärt oss att draga nytta af elektriciteten, utan att känna dess sammansättning.

Dess ursprung är för oss en hemlighet; vi skola taga den som sådan, såsom lifvets hemlighet, och låtom oss nu öfvergå till kapitlet om denna krafts praktiska användning.

II LEKTIONEN.

Den magnetiska människans egenskaper. — En känsla af ro. — En underbar blick. — Alltid höflig. — Den svage blir svagare och den starke starkare. — Den magnetiska människan behåller sina kunskaper för sig. — Icke ifrig. — Hon arbetar enligt bestämda lagar. — Ni tycker om henne. — Hon tillgodogör sig Edra krafter.

Den magnetiska människans egenskaper. — Vårt första vare ett kritiskt iakttagande af kraftens värkan, huru människorna omkring oss utöfva densamma samt ett noggrant iakttagande af de väsentliga olikheterna i dess karaktär och de logiska effekterna hos vissa egenskaper. Vi känna alla den magnetiska människans natur, vare sig denna är man eller kvinna, ty kvinnan är likaså mottaglig för magnetism som mannen. Läsaren uppmärksamgöres en gång för alla på, att allt hvad jag här säger om män, i samma grad äfven gäller kvinnan. I fråga om magnetism, hvarmed ett visst inflytande är förbundet, äro de båda könen hvarandra fullkomligt lika.

* * *

En känsla af ro. — Det intryck en om sin magnetism medveten man gör på Eder, är det af ro. Han är hvarken närvös eller upprörd. Efter känslan af ro kommer Ni att upptäcka hos honom en slags reservkraft, utan att dock kunna säga hvar den framträder. Den skönjes icke i hans blick, ej i hans sätt, ej häller i hans tal eller handlingar. Men kraften förefinnes och synes vara en väsentlig beståndsdel af honom själf. Det är denna punkt, hvarom frågan gäller. Kraften är en af hans beståndsdelar och ett par ögonblick tidigare kunde Ni, huru underbart det än må förefalla, förnimma den hos Eder själf, ehuru i ringare grad. En liten del af



En magnetisk människa erhåller sin kraft ofta utaf andra.

denna tilldragningskraft, hvilken han utvecklar, och hvilken äfven Ni är medveten om, har från Eder gått öfver på honom, ehuru Ni icke afvetat detta. Härom komma vi senare att tala.

* * *

En underbar blick. — Låtom oss nu närmare betrakta denne man för att finna en lösning till den förtrollning, hvilken han utöfvar på Eder. Hans ögon äro icke egentligen stelt riktade på Eder. Han ser Eder i det ena eller andra ögat, utan rakt emellan ögonen på näsroten. Det förefaller Eder, som om hans skarpa, fasta blick skulle genomtränga Eder, utan att dock på något sätt vara utmanande. Han är icke oförskämd och kunde icke häller vara det. Fäst Eder äfven vid, att han icke ser på Eder på samma sätt, då han talar till Eder. Han liksom väntar på att först mottaga Edert meddelande, förrän han afgifver sina egna. Då han talar, betraktar han Eder uppmärksamt, på ett så att säga öfverlägset sätt, men dock välvilligt. Han är ej förmäten, ej stridslysten och alltid höflig. Han åhör Eder höfligt, är på allt sätt artig, men Ni får dock den uppfattning, att under detta lugna yttre bor en oböjlig vilja; Ni känner hans inflytande på Eder. Han hör till det slag af människor, hvilka man måste lyda. Han är kort sagdt en man, som noga vet hvad han vill och aldrig vare sig fjäskar i väg eller blir upprörd, och det, emedan han vet, att segern måste vara hans och blir hans. Däraf kommer hans lugn, hans säkerhet. Vetande är makt, och han vet, att hans framgång är beroende af lagarna om orsak och värkan.

* * *

Den svage blir svagare och den starke starkare. — Det kan fastställas som en lag, att det positiva skall och bör invärka på det negativa, att det negativa känner och ökar den medvetna styrkans makt, d. v. s. afträder sin magnetism åt det positiva. „Och af den som

ingenting har, tages äfven det han eger.“ Hafva dessa ord nu en större betydelse för Eder, nu då Ni är i besittning af Eder ny förvärfvade kännedom? Underbara ord, sanna i lag och sanna i känsla!

Den magnetiska människan behåller sina kunskaper för sig. — Af hurudan art är nu hans tal? Lär Ni Eder någonting? — Mycket litet och ingenting als, som kunde betecknas såsom anspråksfullt; hvad han meddelar Eder, är vanligtvis betydelselöst, och ehuru Ni känner detta, hör Ni honom gärna.

* * *

Icke ifrig. — Märk väl: han är icke ifrig. Han får Eder att tro, att han kunde säga mycket, om han blott ville. Härigenom uppväcker han Eder nyfikenhet. Han gör likväl icke det intryck som om han afsiktligt ville „mystificiera“ Eder. Hans blick är därtill för öppenhjärtlig, och känner Ni honom i tio år, kommer Ni att finna, att han icke använder några „knep“ för att uppväcka Eder beundran. Hans tankegång höjer sig öfver allt dylikt. På den tid, han ännu var elev, som Ni nu är i konsten att förvärfva Eder personlig magnetism, fröjdade han sig måhända åt sin krafts inflytande, som kom till synes i hans bekantas uppriktiga beundran; men nu är detta för länge sedan öfverståndet. Människan står trots detta aldrig stilla, och vi vilja stiga allt högre och högre, ehuru toppen är ouppnåelig.

* * *

Hon arbetar enligt bestämda lagar. — Denne man må hafva sträfvat efter popularitet, inflytande, rikedom och framgång och då han sedermera uppnådde dessa, emottog han dem såsom en logisk följd af lagen om orsak och värkan; men han nöjde sig icke därmed. Han förvärfvade sig rikedom, såsom han förskaffat sig popularitet genom det inflytande han lärt sig utöfva på andra. Hans magnetism tillstadde honom ett nästan oinskränkt

herravälde. Han drog kamrater och vänner till sig; han ville blifva rik och förvärfvade sig rikedom, emedan han just velat blifva rik.

* * *

Ni tycker om henne. — Men vi gå för snabbt vidare. Vi hafva hoppat öfver ett trappsteg af vår närvarande uppgift. Hurudant intryck har denne man gjort på Eder? Säkerligen det, att Ni önskar umgås med honom mera, emedan Ni känner, att han står i ett märkvärdigt, för Eder oförklarligt, sympatiskt förhållande till Eder. Ni har „vant“ Eder vid honom, såsom ammorna pläga säga om sina dibarn, och kan icke mera göra Eder fri från hans inflytande, icke ens uti fall, att Ni befinner Eder på afstånd från honom.

* * *

Hon tillgodogör sig Edra krafter. — Om Ni nu en gång återkallar i minnet det förgångna, skall Ni finna, ehuru Ni vid den tiden icke var medveten därom, att det var Ni, som sökte vara tilltalande. Ni var städse den gifvande, han den emottagande. Hade han önskat det annorlunda, så hade han, medveten om sin styrka, lätt kunnat tvinga Eder, svag och oförberedd som Ni var, att antaga hans lidelser, befallningar och omdömen. Han hade kunnat göra med Eder hvad han velat, om han blott haft denna afsikt.

III LEKTIONEN.

En karaktäristik öfver den omagnetiska människan. — Hon är alltid missbelåten och vårkar nedslående. — Orsaken. — Hon medgifver sitt misslyckande.

En karaktäristik öfver den omagnetiska människan. — Känner Ni den omagnetiska människan? Här är rätta platsen att beskrifva henne, i motsats till den starka individualitet, som vi just talat om. Hon värkar nedtryckande på sin omgifning; är Ni otålig, ökar hon Eder otålighet; är Ni bedröfvad, blir Ni det ännu i högre grad; är Ni gladlynt, så värkar hon på Eder som en nedtryckande last. Ja, den omagnetiska människan är en last, och Ni är god nog för henne, för att upprätta henne; hon håller sig för ett misskändt geni och väntar medlidande och tröst af Eder; hon beklagar sig öfver ödet, öfver vädret, kort om godt öfver allt. —

* * *

Hon är alltid missbelåten. — Hon är missnöjd, hon är en pratmakare, hon förråder sina hemligheter och skulle gärna lätta sina sorger och plågor för Eder, hon är icke herre öfver sina lidelser, utan återhållsamhet, utan lugn, utan öfverläggning, utan ett spår af andlig jämnvikt i sitt väsen. Smickra henne och låt henne löpa. Lättast komma Ni åt henne genom hennes egenkärlek. Smickra henne och slit henne lös från Eder; ty att blifva befriad från henne är Eder önskan; låt önskan efterföljas af handling och sök glömma det obehagliga intryck hon gjort.

* * *

Hon värkar nedslående. — Ni fröjdar Eder, då hon försvunnit. Hon har kostat Eder mycken ansträng-

ning, ty Ni visste icke, huru Ni skulle skydda Eder gentemot hennes inflytande. Hade Ni känt den väg, genom hvilken Ni kunnat slita Eder från hennes deprimerade inflytande, så hade Ni icke endast utan svårighet besparat Eder förlusten af magnetism utan äfven kunnat draga nytta af hennes svagheter.

* * *

Orsaken. — Hvad är nu orsaken till hennet brist på tilldragningskraft? Det är lika solklart som alfabetet. Hon är beroende och negativ och kan endast klaga och tadla. Kan Ni föreställa Eder den magnetiska människan, om hvilken vi tidigare talat, så „besvärlig"? Nej, en sådan föreställning vore enfaldig. Den magnetiska människan äger makt, emedan hon är herre öfver sina känslor, emedan hon förvärfvat sig talanger, hvilka underkufva allt och hålla hennes omgifning inom vissa gränser.

* * *

Hon medgifver sitt misslyckande. — Betrakta afvigsidan. Där har Ni den omagnetiska människan, såsom hon själf det medgifver, utan framgång; hon är svag, beklagar sig oupphörligt och värkar redan genom sitt blotta lynne förstämning; hon är frikostig med utdelandet af sina idéer och låter sin kraft förgås oanvänd. En sådan människa är till följd af de oföränderliga lagarna om orsak och värkan dömd till att misslyckas. „Af dem som ingenting äga". Här äro Edra två typer. Studera dem noga och sorgfälligt. Den första vare för Eder ett mönster, den andra ett afskräckande exempel, och kom alltid ihåg den gyllene regeln: „Behåll Edra mödor för Eder. Trakta hvarken efter sympati eller smicker. Betänk, att hvarje önskan är en kraft och gör Eder till ägare af denna kraft".

IV LEKTIONEN.

Öfvergång till den speciella undervisningen. — De andliga strömmarnas natur. — Önskans förvandling till kraft. — Öfverallt ett öfverflöd af kraft. — Förfaringssättet. — Tystlåtenhet isolerar. — Bevis på önskningskraftens styrka. — Ett visst reservförråd. — Store män hafva med framgång betjänat sig af en viss mysteriositet. — Använd andras kraft. — En varning. — Undvik hvarje art af smicker.

Öfvergång till den speciella undervisningen. — Huru blef Eder förebild magnetisk? Hvad har mannen gjort och hvad frambragte värkan? Dessa äro blott naturliga frågor. Låt mig besvara dem så enkelt som möjligt. Men låt oss nu bortlämna förebilder och använda läran på Eder personligen, på det den må göra djupare intryck. —

* * *

De andliga strömmarnas natur. — Önskan, den må nu sedan framträda i hvilken gestalt som hälst, är en andlig ström, hvilken besitter kraft, just den kraft, som den magnetiska människan utöfvar på andra. Uttrycket „andlig ström“ är icke någon fras utan bör tagas bokstafligen. Hvarje önskan värkar som en elektrisk ström och följer enahanda om ej alldeles samma lagar om tilldragning och bortstötande.

* * *

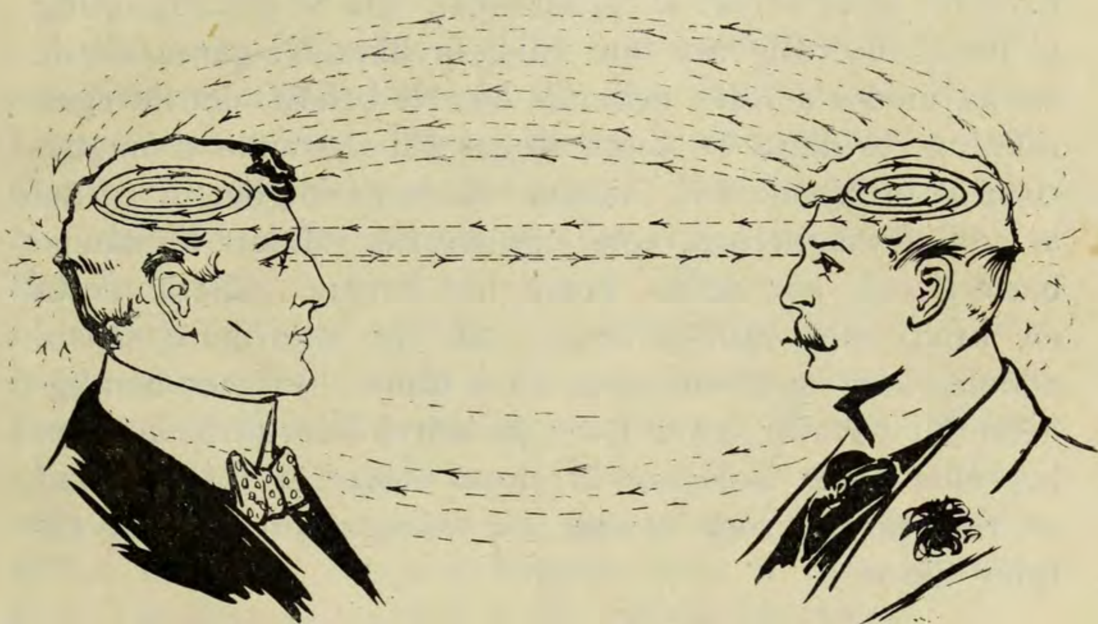
Önskans förvandling till kraft. — Så framt Ni inser, att hvarje önskan kan beröfvas kraft och magnetism, har Ni, så att säga, upptäckt en guldgrufva i Eder trädgård. Ty önskan är öfverallt förhanden. Den antyder sitt ursprung på olika sätt, och så snart Ni gifver efter för den, försvinner Eder kraft och minskar därigenom Eder förmåga att hafva inflytande på andra. Ni bortgifver

magnetism, som Ni hade bort bevara för ernående af ställning, inflytande och makt. —

* * *

Öfverallt ett öfverflöd af kraft. — Sedan Ni icke mera pläga betrakta önskan som ett hinder, utan fastmer som ett medel för uppnående af målet, är Eder framgång i lifvet säkerställd. Mångahanda andliga strömmar uppenbara önskningskraften, såsom otålighet, vrede, utsväfning,

Tillbakahållen kraft. Frigjord kraft.



Anhopad kraft drager städse till sig. Att frigöra kraften är, att naturalisera och göra af med den.

eftergifvenhet, fåfänga. Sistnämnda försvagar oss måhända mest.

Den antager så underbara gestalter, att man ofta icke märker, huru man omedvetet söker tillfredställa en eller annan art af sin fåfänga.

* * *

Förfaringssättet. — Så snart Ni har en eller annan önskan, bör Eder sträfvan gå ut på att strängt låta denna önskan blifva tillfredsstäld. Genom denna medvetna

viljeansträngning kommer Ni icke blott att skydda Eder mot det försvagande frigörandet af kraft, utan äfven att framkalla ett tillstånd af tilldragningsförmåga, som kommer att vara så länge, tills ifrågavarande önskan genom tillfredsställande icke upphäfves. Låtom oss först betrakta en rätt vanlig, men ytterst försvagande art af fåfängans ström: begäret att öfverraska.

* * *

Tystlåtenhet isolerar. — Framför allt bör Ni få klart för Eder värdet af tystlåtenhet. Då Ni hör någonting af huru obetydlig art som hälst, hvilket Ni gärna skulle önska meddela Edra bekanta, bör Ni behålla det för egen räkning, ty detta är första steget till alstrande af magnetism af otillfredsstäld önskan. Eder hemlighet är en del af andlig magnetism, som uppbevaras i Edert förståndsbatteri, och när denna hemlighet bevaras, alstrar detta en kraft som utifrån drager till sig ytterligare sådan, alldeles som sparpenningar bära ränta. Ju mer hemligheter Ni bevarar inom Eder, ju större Eder förbehållsamhet eller Eder isolering är, desto större är Edert förråd af reservkraft, som städse vid viktiga företag står till Eder tjänst.

* * *

Förbehållsamhet är icke liktydigt med andlig tröghet. — Inbilla Eder icke, att vanan att undertrycka frestelserna skall frambringa andlig tröghet, hvilket omöjliggör hvarje begär. Tvärtom blir åtrån tio gånger starkare och större, alldeles som en fördämd flod utöfvar större tryck på sina stränder; och önskar Ni sedan använda Eder styrka, skall Ni finna, att den betydligt tilltagit.

* * *

Bevis på önskningskraftens styrka. — Ni har antagligen aldrig gjort Eder mödan att för Eder klargöra

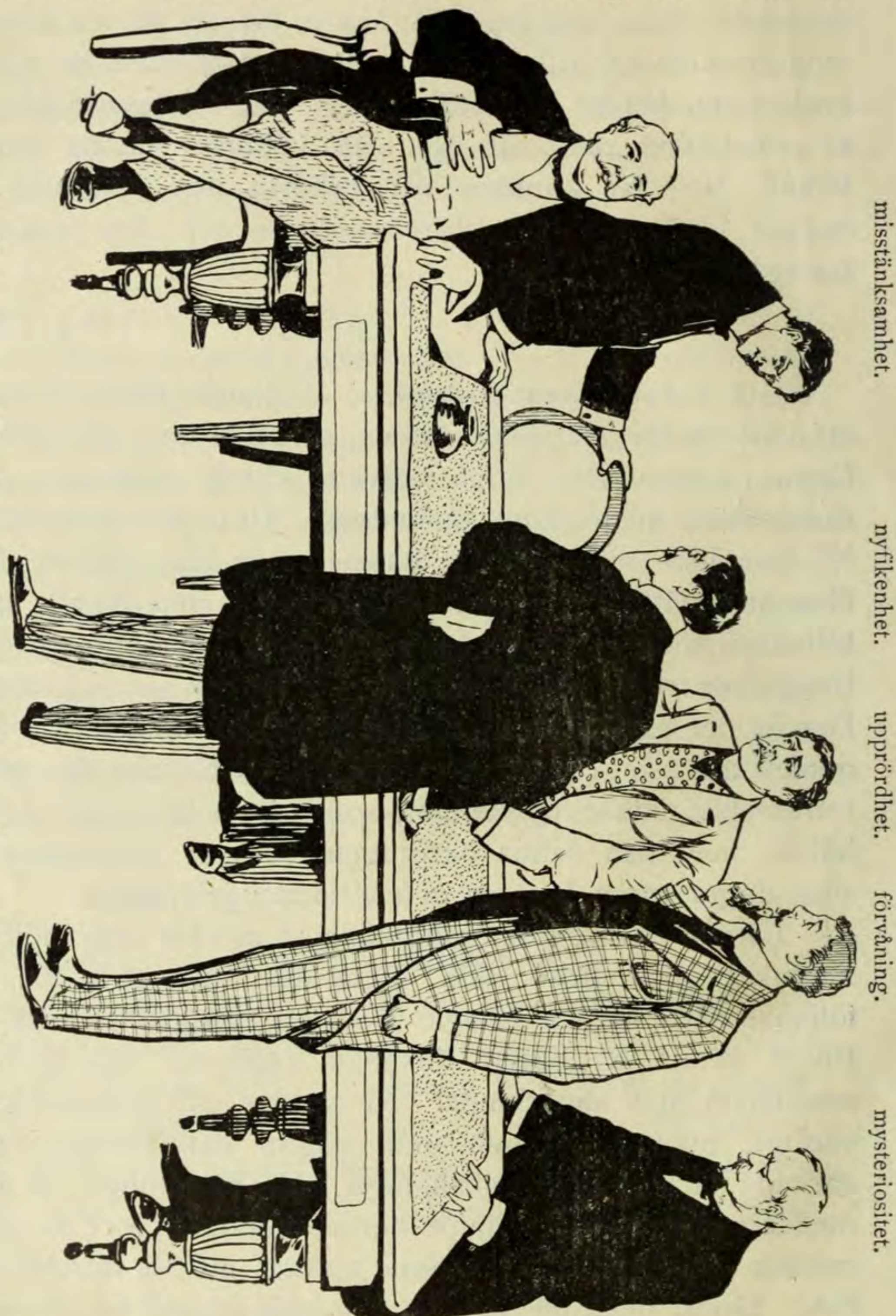
önskningskraftens väsen. Tänk däröfver ett ögonblick. Önskan att meddela någon af Edra vänner en nyhet, kan föranleda Eder att taga en åkare, för att så snart som möjligt komma till honom. Det måste vara en stark kraft, som drifver Eder till detta. Det viktigaste härvid är emellertid det, att Ni själf behöfver denna kraft. Behåll den, Ni kommer att behöfva den, så framt Ni önskar förskaffa Eder tillfredsställelse och den önskade framgången.

* * *

Ett visst reservförråd. — Följande punkt är den, att världen förlänar makt åt den, som den inte kan förstå. Lugna vatten äro djupa. Hvem kunde utgrunda den magnetiska människans tankedjup? Hon är outgrundlig. Ni kan icke mäta henne, emedan hon icke tillåter det. Hon är omätlig. Äfven Ni måste blifva det; Ni bör icke blifva allmän, eller på något sätt bjuda ut Eder. Äfven hvarje bizarrt uppförande är skadligt för den sanna kraften. Det är det exentriska geniet som drager till sig. Vi ära geniet trots det exentriska. Gif akt, att Ni icke förvexlar intresset af fåfäng nyfikenhet, som gärna låter sig underhållas, med den sanna aktningen, som vi hysa för allt, som ligger utom kretsen af vår fattningsförmåga.

Lämna därför Eder omgifning så mycket som möjligt i dunkel öfver Eder själf. Reta dess intresse t. ex. på följande sätt: Någon bringar Eder ett viktigt meddelande. Förut skulle Ni blifvit förvånad daröfver. Nu är det emellertid helt annorlunda. Ni lyssnar till nyheten helt vänligt, men lugnt och utan någon anmärkning, och värkan häraf på öfverbringaren blir förvåning, att ett meddelande, som så djupt berört honom, gjort så litet intryck på Eder. Låt honom märka, att Ni intresserar Eder därför, dock på ett sätt, som ådagalägger för honom, att Ni icke mistar Edert lugn lika lätt som han. Kanhända hade han tidigare icke lagt märke härtill. Hvad

är följden? Han upptäcker en andlig jämnvikt, som han icke hade trott Eder vara i besittning af. Han blir



I svåra lägen sammanhålla ofta store män sitt anhang endast genom sin subtila kraft af mysteriositet.

nyfiken. Välan, Ni börjar vinna hans aktning. Ni utgör någonting hemlighetsfullt för honom. Store män hafva

med framgång betjänat sig af en viss mysteriositet. Alla tiders berömda partiledare hafva ofta, då de råkat i trångmål och löpt fara att förlora sina anhängare, genom den hemlighetsfulla förtrollning deras personlighet utöfvat, sammanhållit den tvekande skaran och förmått de missnöjda till vissa gärningar och troget bistånd. Ni erinrar Eder utan tvifvel Charles Stuart Parnell, ledaren af det iriska partiet i engelska underhuset, den „okrönta konungen“, som folket kallade honom. Jag anser honom för ett ännu bättre exempel på den personliga magnetismens genomträngande kraft än självfvaste Napoleon, Wellington eller Gladstone. I Amerika står honom af hans samtida James Blaine närmare än någon annan,hvad personligt inflytande öfver hjärtan och hans anhängares tänkesätt vidkommer. Till och med gentemot sina förtroligaste vänner var Parnell städse i någon mån förbehållsam och sluten. Så i ögonen fallande var hans inflytande, att självfvaste Gladstone, hans ifrige motståndare i flere fall, bekräftade hans kraft och beslutsamma öfverlägsenhet. Parnell talade litet, men alltid intrycksfullt: Hans stämma var aldrig rå eller hög. Om någonsin en man trots de hos honom inneboende krafterna var förbehållsam, så var det förvisso Parnell, som med ena handen höll tyglarna, med hvilka han styrde det motspänstigaste och missnöjdaste parti, som någonsin varit samman i ett parlament. Orsaken till hans fall angår oss icke här. Han steg genom klok självtillit, genom användande af det tillbakahållna inflytandet, genom magnetismens väldiga kraft.

* * *

Använd andras kraft. — Betänk för det tredje, att tystlåtenhet och osällskaplighet ingalunda få förvexlas. Hvad jag förstår med reserv och slutenhet, är vanan att förbehållsamt behärska sina tankar. Föranled den andra att uttala sin åsikt. Så länge Ni förefalla honom hemlighetsfull, äro Ni en makt. Så snart Ni däremot till-

fredsställa hans nyfikenhet, eger en med elektrisk urladdning jämförbar strömvexling rum, ett tillfredsställande, som betyder elektrisk neutralisering. Ni har gifvit och emottagit, och tilldragningskraften har tidtals upphört. Genom ständigt tigande däremot, genom mysteriositet och genom det fasta beslutet att icke tillfredsställa hans nyfikenhet, blir Ni själf tilldragningskraften, magneten, och den andra stålet.

* * *

En varning. — Här är en varning för den alltför entusiastiska och försiktiga eleven på platsen. Glöm ej att Ni isynnerhet i början vid alla Edra försök måste använda mycken klokhet, försiktighet och takt.

Ty alla Edra bemödanden skulle blifva utan resultat, om man skulle upptäcka, hvarföre Ni ändrat Edert uppförande. Låt icke märka, att Ni söker uppsnappa och behålla en nyhet, som skulle tillfredsställa öppen och förborgad nyfikenhet. Sök aldrig väcka nyfikenhet på ett märkligt sätt. Det är väl onödigt förmana Eder, att aldrig tala om Edra studier, afsikter och önskningar, ty detta skulle föranleda den andra att vara på sin vakt. Om Ni talar om Eder själf, tillintetgör Ni de första reglerna för studiet af personlig magnetism, nämligen dem öfver förbehållsamhet af vetande och kännedom och öfver tillfredsställande af nyfikenhet.

* * *

Undvik hvarje art af smicker. — Den tilldragande magnetiske mannen talar aldrig om sig själf. Följden häraf är den, att andra tala mera om honom, beundra honom mera, gifva honom mera bifall än om han skulle använda hela sin konst för att utföra små sällskapliga „knep", hvilka skulle smickra hans fåfänga. Somliga läsare kunna härvid tänka och säga: „Detta har ingen

tillämpning på mig. Jag traktar icke efter smicker". Då är han just den enda af tusenden. Alla sträfva efter erkännande i en eller annan gestalt, i högre eller mindre grad. De hvilka ifrigast trakta därefter, erhålla minst, emedan de icke tillbakahålla och bevara kraften, som drager till sig denna art af andlig ström.

V LEKTIONEN.

Bifallstraktan och dess väldiga kraft. — Dess bevaring och användning. — Skydda Eder mot denna förlust. — Ni komma snart att märka en stor förändring.

Bifallstraktan och dess väldiga kraft. — Dess bevaring och användning. — Enhvar kan erinra sig



Kraften af bifallstraktan drifver människan mot hennes vilja på smickrets slippriga bana.

svaga ögonblick, då han ville säga någonting och äfven sade det och, såsom han inbillade sig, direkt eller indirekt

ville öfvertyga andra om sin vikt, förmåga och öfverlägsenhet. Denna drift kalla vi lämpligast bifallstraktan. Den utgör den förhärskande kraften i den mänskliga naturen, som till och med förmärkes hos djuren. Man behöfver ej skämmas därför, ty det är naturenligt. Dess vikt för oss ligger i den omständighet, att den utgör en stark kraft, som vi låta värka mot oss. Om en genomsnittsmänniska finner tillfälle att berätta någonting, som gör henne ära, finner hon sig icke kanske oemotståndligt drifven till, att så fort som möjligt bringa detta till sina vänners och bekantas kännedom? Griper hon icke till första bästa tillfälle, som erbjuder sig, för att utbasunera sin nyhet? Nittionio af hundra äro så beskaffade. De förstå icke, att den ofta drifver dem att emot deras vilja, men alltid mot deras sunda förnuft, deras nyktra omdöme och goda smak, söka bifall och erkännande på ett sätt, som blott bringar dem likgiltighet och stundom kanske äfven ett medlidsamt småleende från de bättre vetandes sida. Tänk framför allt icke, att denna fina, nästan oemotståndliga kraft skulle vara „andlig ström“, som Ni kunde använda till egen fördel i stället för att låta den blixtartadt urladda sig, i likhet med elektriska gnistor från en elektrisk maskin, hvarigenom de blott kunna försvagas ännu mera.

* * *

Skydda Eder mot denna förlust. — Bemöda Eder alltså att undertrycka denna bifallstraktan så snart den yppar sig. Tillfredsställ den icke på något sätt. Faller det sig svårt för Eder, så bevisa blott, hvilken stor kraft Ni besitter, en kraft, som söker förena sig med en annan, motsatt andlig kraft. Följes denna föreskrift angående återhållande, så uppstår det tidigare beskrifna tillståndet af tilldragningskraft.

* * *

Ni kommer snart att märka en stor förändring. — Det kommer icke att dröja länge, efter det Ni börjat i praktiken använda ofvannämnda regler, förrän Ni kommer att hos Eder förmärka en märklig förändring: tilltagande självkänsla, omedveten värdighet samt maktbegär. Efter hvarje fortsatt undertryckande af denna bifallstraktan, kommer Ni att spåra kraft i Edra närver. Senare kommer Ni att iakttaga äfven en stor förändring i andras uppförande gentemot Eder: framför allt en större fordran från deras sida, att sammanträffa och tala med Eder samt att vara i Eder närhet. Genom iakttagande af regeln: „Tillfredsställ aldrig nyfikenheten", kan Ni städse lätt bevara och öka detta inflytande. Fortsätt att väcka uppmärksamhet och undran i Eder omgifning, men låt icke märka, att Ni gör det med afsikt.

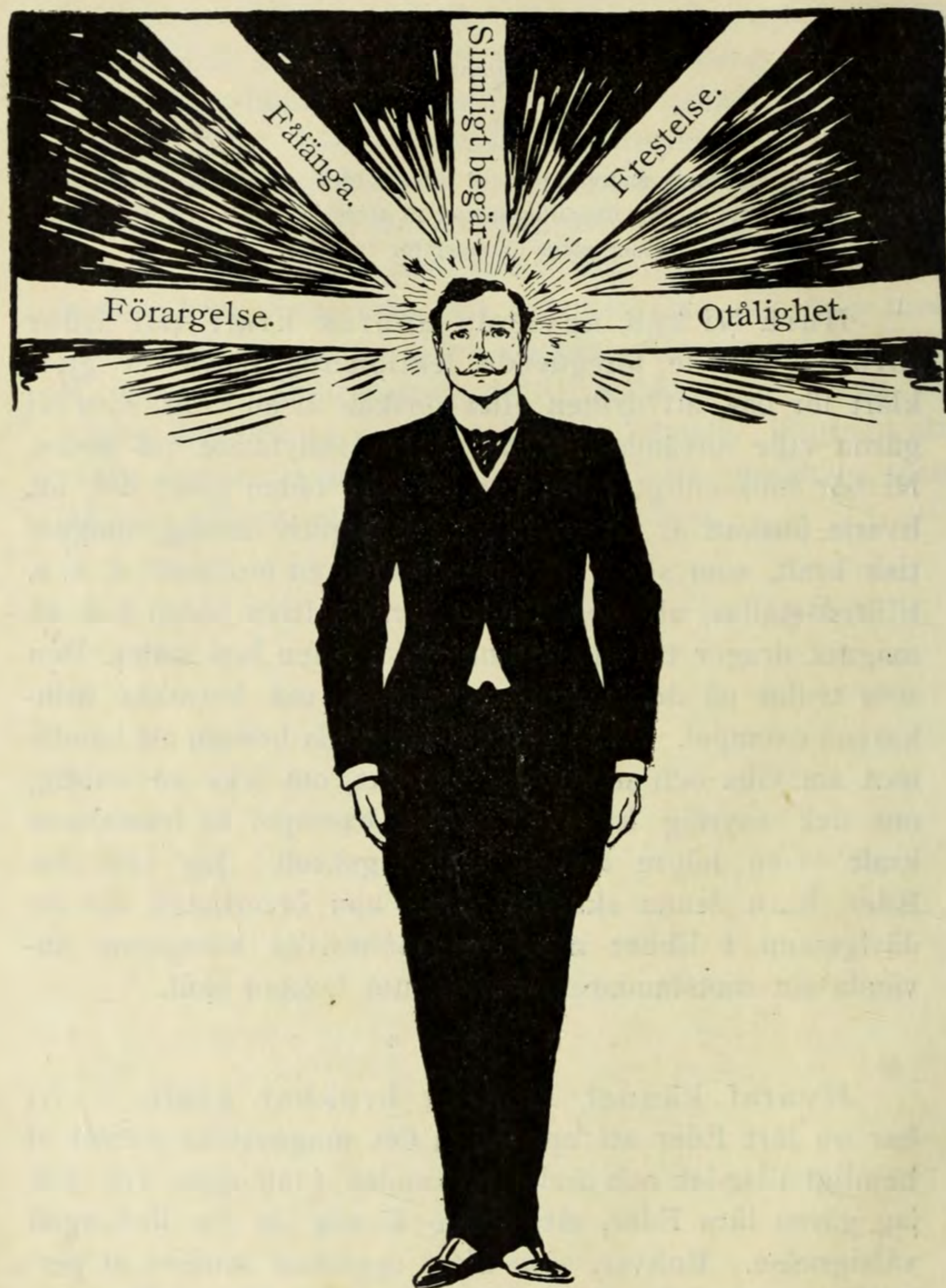
VI LEKTIONEN.

Huru Ni kan använda andras kraft till Eder fördel. — Hvaraf känner man en brukbar kraft? — En förträfflig metod att utveckla energi. — Ni befinner Eder utom området för frestelse.

Huru Ni kan använda andras kraft till Eder fördel. — I de föregående lektionerna hafva vi gjort klart för oss, att driften eller önskan är en kraft, som Ni gärna ville använda för att hafva inflytande på andra. Ni bör fullkomligt fatta, om Ni icke redan gjort det, att hvarje önskan är en positiv eller negativ andlig, magnetisk kraft, som söker förena sig med en motkraft, d. v. s. tillfredsställas, alldeles liksom den positiva polen hos en magnet drager till sig den negativa polen hos stålet. Den som triflar på dessa krafters styrka, må betrakta drinkarens exempel. Hvad kan väl föranleda honom att handla mot sin vilja och moraliska instinkt, om icke en väldig, om ock osynlig kraft? I detta exempel är frestelsens kraft — en högre art af önskningskraft. Jag vill visa Eder, huru denna skadliga kraft kan öfverlistas, för att därigenom, i likhet med de japanesiska kämparna använda sin motstandares krafter mot honom sjalf.

* * *

Hvaraf känner man en brukbar kraft. — Ni har nu lärt Eder att uppskatta det magnetiska värdet af hemlighållandet och undertryckandet af fåfängan. Nu ville jag gärna lära Eder, att hvarje försök är en förborgad välsignelse. Enhvar, som klart uppfattar studiet af personlig magnetism, skall hälsa alla frestelser välkomma, ty han vet, att uppbevarandet af deras kraft endast bidrager till att stärka deras andliga magnetiska förrådsbatteri,



Den magnetiska mannen välkomnar begären, som andra frukta, emedan han är i stånd att tillegna sig af dem en värdefull kraft.

d. v. s. personliga magnetism, samt att höja deras tilldragningskraft. Att underkasta sig frestelsen att tillfredsställa begäret, skulle upphäfva tilldragningsförmågan och försvaga batteriet. Skyddandet och isoleringen af Edert andliga batteri är kännedom om vissa regler och lagar, hvilka Ni skall lära Eder.

* * *

En förträfflig metod att utveckla energi. — Vår följande uppgift är nu att förvärfva och magasinera energi. Låtom oss antaga, att Ni gripas af något begär och råkar i frestelse. Tidigare hade Ni icke så litet förargat Eder däröfver, nu däremot betraktar och välkomnar Ni det såsom en ny kraft för Edert batteri — nytt kapital. Alla Edra tankar måste vara riktade på detta begär. Förskaffa Eder därmed nyttan af hela den i denna önskan befintliga kraften och drag sedan långsamt ett djupt andetag, så långt och djupt Edra lungor någonsin tillåta. Detta borde räcka ungefär åtta sekunder. Under denna öfning bör Ni innerligt upprepa för Eder: „Jag tillegnar nu med vett och vilja hela kraften af denna önskan.“

Så håller Ni andan ungefär åtta sekunder och säger till Eder själf: „Jag tager nu med vett och vilja i besittning denna kraft och den är från och med nu min uteslutande egendom.“

Slutligen utandas Ni ännu en gång åtta sekunder, långsamt och jämnt, och upprepar: „Jag äger nu fullkomligt lugn och styrka att behärska den hos mig uppbevarade magnetiska kraften.“

Denna öfning kan efter behag upprepas flera gånger. Jag gifver den icke endast för att göra begreppet om tillegnan, absorbering och jämnvikt lättfattliga, utan äfven därför, att bland nypsykologerna allmänt den tron utbredts, att mellan lungorna och sinnet ett mycket innerligt förhållande är rådande.

* * *

Ni befinner Eder utom området för frestelse. — Jag vill särskildt göra Eder uppmärksam därpå, att frestelsen förlorar sin makt, så snart Ni har klart för Eder, att Ni kan öfverlista densamma och är i stånd att beröfva densamma dess kraft samt använda den för eget behof. Så blir Ni med ens tillgänglig för frestelsen — ett mål, som många hela sitt lif sträfva till.

För att göra saken ännu mera klar, må vi förlikna frestelsen med en bomb, som med en brinnande tändare faller ned bredvid Eder. Ni, som känner dess natur och beskaffenhet, går raskt och förståndigt till värket och aflägsnar tändsatsen. Bombens kraft tillhör nu Eder, för att efter godtfinnande användas. Den oerfarne hade låtit den krevera och råkat ut för följderna.

VII LEKTIONEN.

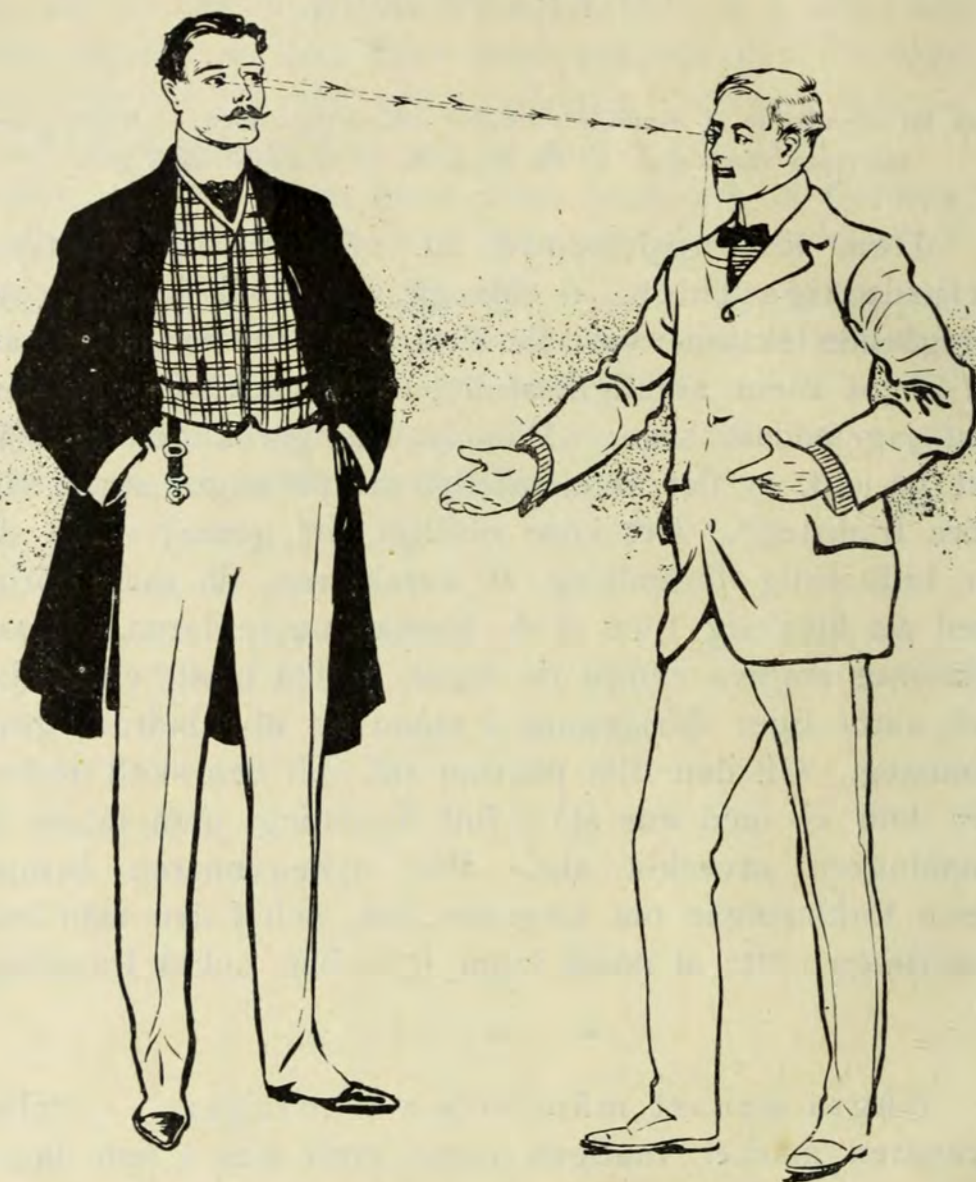
Den för uppnående af nämnvärdt resultat erforderliga tiden. — Några genast märkbara värkningar. — Ett exempel. — Hvad Ni skall göra.

Den för uppnående af nämnvärdt resultat erforderliga tiden. — Många skola väl invända, att föregående lektioner varit för lätta, och hade de väl hoppats på något mera hemlighetsfullt och inveckladt. Åt dem kan jag endast säga: „Följ anvisningarna och gif själf akt på allt, ty det är ej möjligt att på något annat sätt göra framsteg". Det vore obilligt att genast vänta sig en fullkomlig förändring af karaktären, då man börjar med att öfva sig i en af de föreskrifna reglerna. Dessa lektioner angifva endast de lagar, hvilka måste efterföljas och sätta Eder därigenom i stånd att obehindradt göra framsteg. Gif den lilla plantan sol och den skall frodas; den kan ej med ens stå i full blomning, utan måste så småningom utveckla sig. För nybegynnaren bringa dessa förklaringar om largarna ljus, och i den mån han kan draga nytta af dessa lagar, gör han också framsteg.

* * *

Några genast märkbara värkningar. — Nybegynnaren märker vanligen redan efter fyra à fem dagar följderna af sin utveckling. En känsla, som emellertid så godt som omedelbart infinner sig, är ökadt själfförtroende och aktning. Efter hvarje medvetet tillbakahållande af önskningskraften får man en värklig fysisk känsla af styrka och öfverflöd i hufvud och närver. Denna känsla skall man på intet sätt förvexla med inbillning eller fåfänga. Den har intet tillträngande med sig och gör Eder lugn och förtroendefull. Nybegyn-

naren skall kritisera sig själf ärligt och opartiskt. Begå ej felet att skjuta skulden af brist på tilldragningskraft på Eder egoism eller på andras dåliga smak.



Den omagnetiska människan förslösar sin kraft till följd af hennes ovetenhet om alla tilldragningslagar.

Hvilket felet än må vara, kan Ni vara förvissad om, att felet är Edert.

* * *

Ett exempel. — Gif en gång noga akt på Eder själf, då Ni befinner Eder i kretsen af Edra vänner. Där

är Herr B. Af någon orsak har Ni alltid sökt väck hans intresse och med honom sluta ett innerligare vänskapsförbund. Men Ni känner, att han på intet sätt är angelägen om Eder och att Edert umgänge ej tillfredsställer honom. Genomtänk Edert tidigare sätt emot honom för att utgrunda orsaken härtill. Ni skall snart se, att han varit det emottagande batteriet, hvaremot Ni öfversände den gnista, som hvarje gång, då Ni medvetet eller omedvetet sträfvade till att väcka hans bifall, försvagade Eder. Gynnades Eder detta bifall? Nej. Erhöll han Edert? Ja. Nu kan Ni kanske bättre förstå kraftbevarandets första regel. B. beröfvar Eder kraft, där Ni skulle beröfva den.

* * *

Hvad Ni skall göra. — Håll inne, Ni är på orätt väg. Tänk på betydelsen af anförda regel. Låt B. vara ett par dagar allena. Behåll och absorbera de krafter Ni härintill i onödan förslösat. Har Ni i dag gjort något, som Ni gärna ville berätta för Edra vänner? Behåll det för Eder. Bevara det fast. Denna uppgift förefaller Eder lätt, men vanan att ögonblickligen tillfredsställa denna bifallstraktans små gnistor, har hos Eder blifvit stark. Åter och åter undgå de Eder vaksamhet och hvarje gång lämna de Eder slö och omagnetisk. Undertryck alla köttsliga begär liksom och de själsliga. Detta är icke den gamla läran om självförnekelse, det är en vetenskaplig lag för de andliga strömmarnas kraft. Det är ej svårt att iakttaga detta, ty då Ni klart uppfattar dessa lagar, kommer Ni att märka, att Ni gör mer än blott motstår en kraft: Ni gör den till Eder egen, Ni fångar den för att därefter kunna efter önskan förfoga öfver den.

VIII LEKTIONEN.

Studium af värkningarna. — En psykisk förändring. — En märkvärdig värkan. —

Studium af följderna. — Här skall måhända en och annan fråga: Välan, jag absorberar den i hvarje andligt och psykiskt begär inneboende kraften och samlar denna energi, hvad blir då följden?

Den så förvarade kraften drager till sig andras motkraft, liksom den positiva elektriciteten drager till sig den negativa, och detta sker utan minsta medvetna ansträngning från Eder sida. Edert ansikte, Edert sätt, hvad Ni företager Eder, allt undergår en omedveten förändring. Ni skall finna, att allt det goda, efter hvilket Ni tidigare förgäfves sträfvat, nu osökt kommer emot Eder. Det måste komma, ty så vilja lagarna det. Knota icke, om det, hvad Ni förnämligast längta efter, icke genast tillfaller Eder. Ni kan vara säker på, att det nog skall komma.

* * *

En psykisk förändring. — Då någon börjar med, att på detta sätt utveckla sin personliga magnetism, genomgår hela hans kropp en psykisk förändring. Hans öga blir klarare, hans hud friskare, hans gång mera rak och hans ansikte förlorar sitt uttryck af fruktan, sorg, förvirring och nedslagenhet. Han är ej mera offer för den mänskliga naturens dolda krafter. Han är en sig själf medveten kraft. Han skådar världen med andra ögon. Han börjar så småningom blifva medveten om sin kraft, och då han vet och förstår det, är han nöjd.

* * *

En märkvärdig värkan. — Då eleven nått denna ståndpunkt, måste han vara synnerligen försiktig för att ej senare lida skeppsbrott. Blotta nämnandet af hans nya kraft vore en förlust. Därvid faller mig en omständighet in, hvilken likväl endast en mycket ytlig tänkare kan betrakta såsom modfällande, nämligen den, att i samma mån Ni tillvinna Eder denna kraft och ödet omsider är Eder gynnsamt, förefalla Eder de saker, efter hvilka Ni härintill förgäfves sträfvat och hvilka nu närma sig Eder, mindre värdefulla. Detta förhållande gör emellertid icke den olycklig, som med allvar egnar sig åt detta studium. Tvärtom. Han fröjdar sig däråt och finner tillfredsställelse i sin maktkänsla. Betänk, att det ännu finnas andra, högre begär, än dem Ni nu lärt Eder känna.

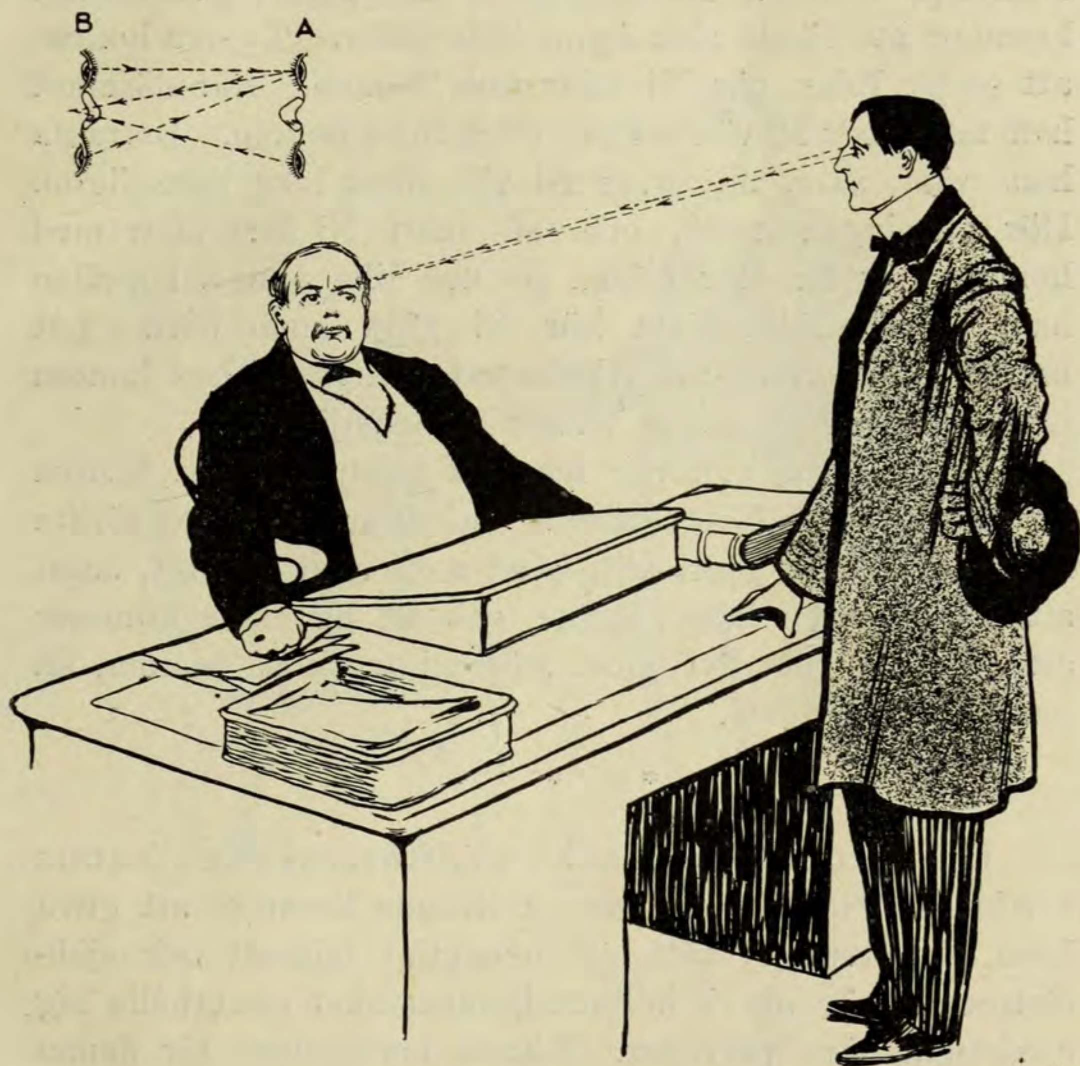
IX LEKTIONEN.

Nyttiga antydningar för praktisk användning. — Den centrala blicken. — Huru oblyghet och självförtroende kunna ernås. — Den magnetiska handtryckningen.

Nyttiga antydningar för praktisk användning. — Den centrala blicken. — Då nu nybegynnaren lärt sig att grundligt förstå teorin öfver uppbevaring af de andliga strömmarnas kraft och den däraf uppstående tilldragningsförmågan, vore det bra, om han ville följa några ovanliga, men goda anvisningar, hvilka komma att hjälpa honom att desto snabbare använda de nyförvärfvade kunskaperna.

Låtom oss till en början taga ett fall, där det vore önskligt att under ogynsamma omständigheter göra ett godt intryck. Ni är t. ex. på väg till något sammanträffande eller möte med någon, för hvilken Ni städse hyst antipati. Vi skola antaga, att han är skrytsam, uppbrusande, arrogant och hallstarrig; han har stort anseende bland sina bekanta, men saknar hvarje finare känsla. För en finkänslig och känslofull människa är det en sann plåga, att hafva någonting att göra med en dylik man, isynnerhet om det handlar om någon tjänst eller gunst. Folk af sådant slag finna det vara ett nöje att låta en ännu mera känna af ens beroende ställning, samt tringa en att böja sig för dem. En dylik människa är als icke så svår att behandla. Eder kännedom af och öfning i kraftförvärfvande skyddar Eder mot hvarje angrepp, som denna annars skulle kunna göra mot Eder svaghet eller fåfänga. Ni framträder därför i rätt beskedlig dager, och han känner med rätta, att Ni skulle kunna presentera Eder vida fördelakligare, om Ni skulle

vilja det. Denna kännedom är en kraft, som man mot Eder vilja kan skåda, och som mycket bidrager till att bryta motståndskraften, med hvilken Ni kommer i beröring. Medveten om denna reservkraft, börjar Ni lugnt och modigt Edert samtal. Låt intet begär, intet misshag,



Ett oangenämt samtal göres lätt genom kännedom af de andliga strömmarnas lagar.

utan endast ett gladt, behagligt lugn och intet förolämpande självförtroende komma till synes.

* * *

Den centrala blicken. — När Ni talar, bör Ni se honom mellan ögonen, d. v. s. på näsroten. Inbilla

Eder, att Ni där ser en liten punkt samt att Ni däri upptäckt den svaga sidan i denne mans karaktär, (ty alla dessa pultroner äro i värkligheten svaga och föraktliga); sedan måste Ni språka med mannen och därvid lugnt betrakta honom mellan ögonen. Stirra icke mörkt på honom. Ni skall snart finna, huru han oroligt kommer att vända sina ögon ifrån Eder. Tvinga honom att se på Eder, när Ni talar med honom. När däremot han talar, bör Ni vända Eder blick ifrån honom. Betrakta hans väst, skor, allt hvad Ni vill, blott icke hans ögon. Hör aktningsfullt på, och, så snart Ni åter talar med honom, bör Ni åter blicka på den lilla punkten mellan hans ögon. Allt detta bör Ni göra omärkbart. Låt honom icke veta, att Ni önskar undersöka hos honom någonting; sinnesro må vara Eder ledstjärna.

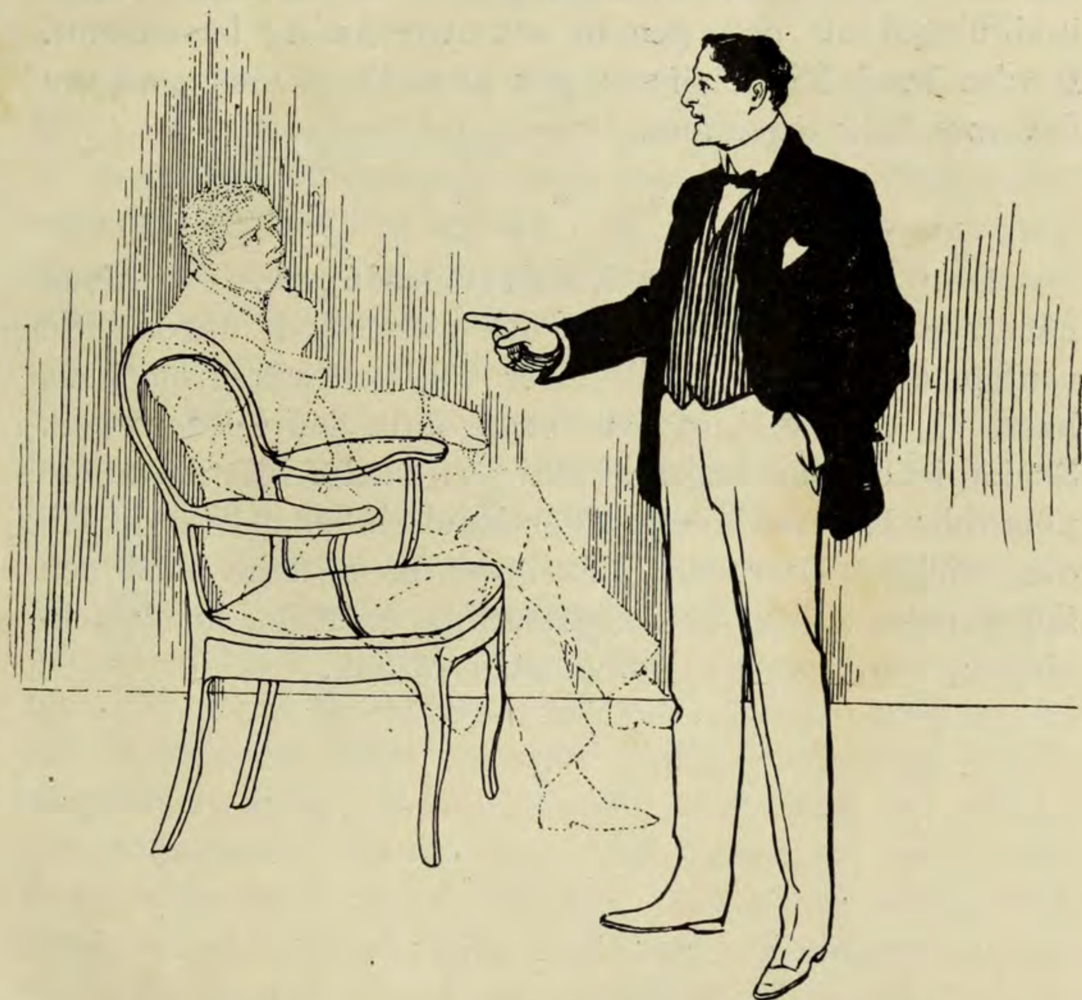
Denne man kommer icke att glömma Eder. Hvilka än följderna af Edert samtal må blifva, kan Ni förlita Eder på, att Ni gjort allt, hvad som varit möjligt, samt att Ni stannat i hans minne, och att han icke kommer att glömma, det Ni gjort större intryck på honom, än han själf vill tillstå.

* * *

Huru oblyghet och självförtroende kunna ernås. — En metod, hvars utöfvande kommer att gifva Eder ett otvunget sätt, ett behagligt talesatt och självförtroende, är att i fullkomlig ensamhet underhålla sig med imaginära personer. Första betingelsen för denna öfning är, som sagdt, fullständig ensamhet, så att ingen kan hvarken se eller höra Eder. Ett fritt fält är härtill den bästa platsen, men äfven instängd i Edert rum kunna Ni vara någorlunda säker mot iakttagelser. Använd de första fem minuterna till långsam och djup in- och utandning, så långt Edra lungor det medgifva.

Far sedan hastigt upp och tilltala en imaginär bekant. Ni kan för detta ändamål använda Eder egen bild i

spegeln, eller ock helt och hållet förlita Eder på Eder inbillning. Ni kan naturligtvis säga hvad Ni önskar, det må nu vara hvilka dumheter som hälst, men måste Ni omsorgsfullt öfverlägga hvarje sats, förrän Ni uttalar densamma. Tilltala figuren med fast, full stämma. Uttala hvarje stafvelse långsamt och tydligt. Låt Edra



Ett intressant och praktiskt samtal med en „lefvande ande".

ord skalla ur fritt bröst. Peka med fingret, gå af och an i rummet och gör betydelsefulla åtbörder, tala och gör precis, som om den tilltalade figuren faktiskt vore närvarande.

Denna öfning är alldeles förträffligt egnad för utveckling af självförtroendet, såsom olika resultat indirekt

bevisa. Utrymmet tillåter mig icke att särskildt anföra dem, men Ni kommer genast att erkänna dem.

Om Ni är nedslagen, eller Edert självförtroende är i behof af förstärkning, kommer en half timmes öfning i detta sällsynta förfarande att frambringa en underbar värkan. Den studerande kan ofta äfven förhjälpas till bestämda materiella resultat genom att använda denna inbillningskraft och genom att uttrycka sig beslutsamt. Fordra hvad Ni behöfver; gör anspråk på det, som om det vore Eder egendom.

* * *

Den magnetiska handtryckningen. — Äfven handtryckningen är af vikt, då man träffar någon. Se vänligt och fullt upp till Eder vän och sök gripa hans hand så vidt möjligt bak samt sluta den i Eder egen. Skaka icke hans fingrar. Efter en snabb hjärtlig tryckning bör Ni åter draga Eder hand tillbaka, hvarvid Ni, om möjligt, låter den glida öfver hans flata hand och fingerspetsar. Det är den naturliga, hjärtliga handtryckningen, som icke kan blifva utan värkan.

X LEKTIONEN.

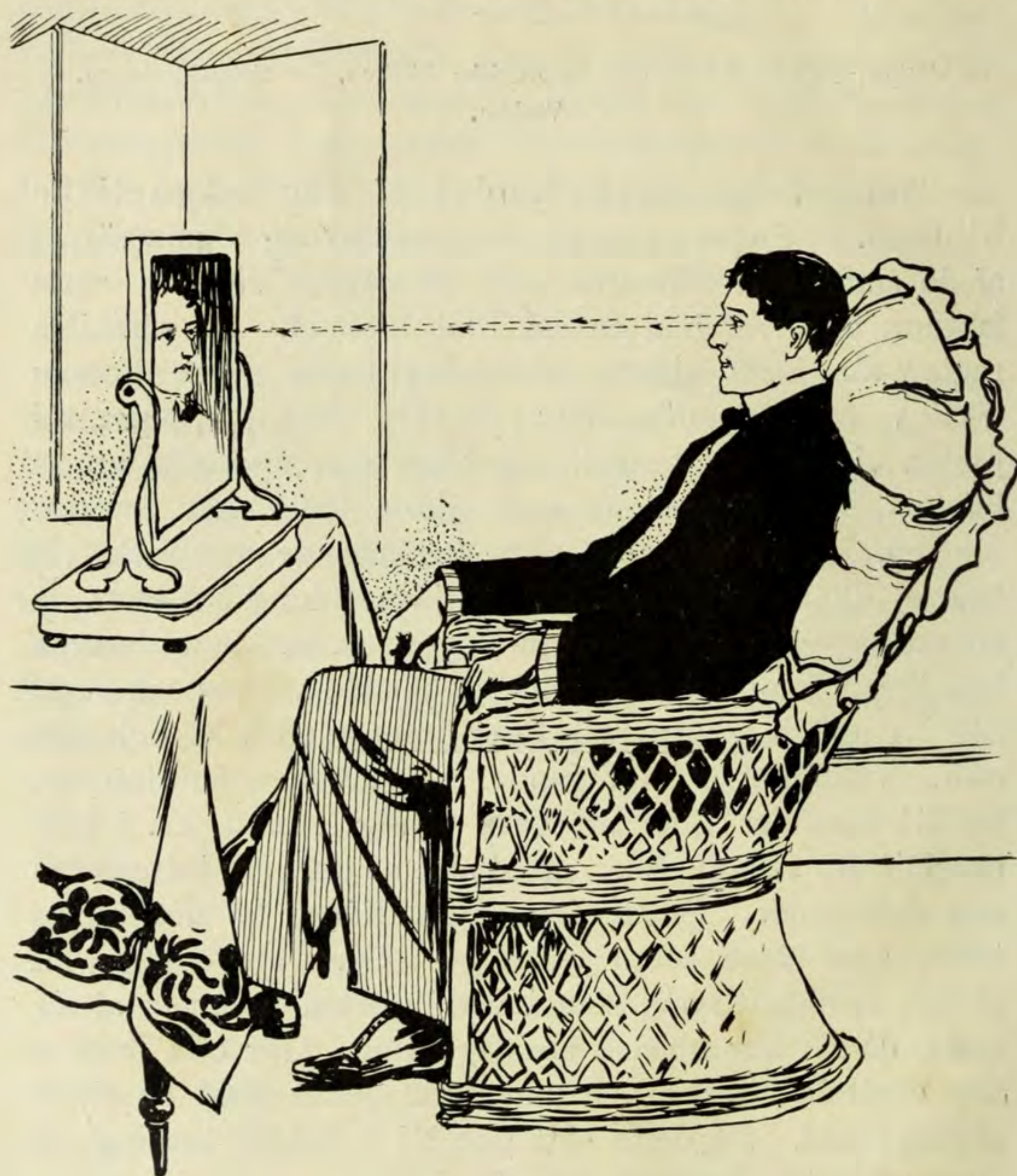
Det riktiga användandet af den magnetiska blicken. — Spegelöfningen. — Värkan.

Det riktiga användandet af den magnetiska blicken. — Sedan nybegynnaren nu lärt sig känna värdet af de andliga strömmarna och öfvertygat sig om detta faktum, behöfver han endast litet bistånd. Då särskilda regler för hans vidare utbildning torde synas honom viktiga, vill jag anföra några af våra sista lektioner, uti hvilka vi haft en beskrifning öfver den speciella art af blicken, som vi kort om godt skola kalla den centrala blicken. Begå icke felet, att använda denna blick vid hvarje tillfälle och öfverallt. Betjäna Eder däraf blott, då Ni önskar göra ett intryck på någon annan. Detta intryck kan äfven frambinga en undertryckande värkan och detta bör Ni undvika. Använd Eder kraft med takt och förnuft. Vänlighet är tilldragande. Gör ett angenämt intryck. Då Ni bemödar Eder att vara vänlig, som t. ex. i sällskapslifvet, så gif Eder utseendet af att vara intresserad och deltagande. Småle icke hela tiden, ty det finnes intet, som vore mera ovärdigt. Öfva att antaga ett sådant ansiktsuttryck, som i värkligheten kommer af sig själft, då Ni har böjelse för någonting. Gör ofta bruk af den centrala blicken och understöd denna med en säker otvungenhet. På detta sätt gör Ni i dubbel mening ett godt intryck, nämligen det af vänlighet och det af en stark karaktär.

* * *

Spegelöfningen. — Här en god öfning, som kommer att förhjälpa Eder att förvärfva en värkningsfull blick och ett godt intryck.

Håll en liten spegel framför Eder, eller ställ Eder framför en stor sådan på ca. 40 cm afstånd. Gör med en blyertspenna eller något annat föremål en liten punkt eller fördjupning på utgångspunkten af näsan, rakt mellan



Beredd till öfning. Det magnetiska ögats vård.

båda ögonen. Detta tecken blifver synligt cirka 10—15 minuter och tjänar till att fängsla Eder uppmärksamhet och blick. — Länka nu Eder blick orörligt på punkten mellan ögonen. Håll Eder fullkomligt orörlig och fixera

denna centralpunkt. Blinka icke, och då Ni känner behof af att blinka, så drag blott ögonlocken upp; detta har samma lugnande värkan som om Ni skulle slutit ögonen. Denna öfning får ej räcka längre än 15 minuter. Bästa tiden för denna öfning är morgonen, så länge kroppen och närverna ännu äro friska. Nybegynnare komma att finna det svårt att blifva ens 5 minuter sittande, men denna ro och närvbehärskning måste förfärfvas, om man vill uppnå fullständig utveckling. Till en början kan öfningen vara blott 5 minuter, men sedan hvarje dag förlängas med en minut, tills den bragts till 12 à 15 minuter. Redan efter tre dagar komma Ni att finna kraft och fasthet i Eder blick, och skyggheten och osäkerheten i andras blick blir Eder påfallande. Ni kommer att iakttaga, att äfven de, hvilka med en utmanande blick se Eder i ena ögat, oroligt komma att bortvända blicken, då Ni lugnt använda centralblicken, af hvilken de naturligtvis icke veta någonting. Denna centralblick gifver på ett underbart sätt det sken, som om Ni vore i stånd, att se den man Ni har Eder blick fäst på, tvärs igenom hufvudet. Samtidigt undviker Ni äfven hans blick och inflytandet af hans öga.

Den nu beskrifna spegelöfningen gifver Eder snart ett mäktigt och magnetiskt öga. Ögat är själens spegel, och psykiskt känslofulla kunna ofta uttrycka ömsesidiga tankar med ögonen. Ni kan icke använda tillräcklig omsorg för ernående af ett herrskande öga. Värkan af denna blick blir densamma, äfven om utöfvaren däraf använder glasögon. Han bör blott sorgfälligt gifva akt på, att han icke anstränger sina ögon. Användandet af glasögon försvagar ingalunda förmågan att behörigen utbilda blicken; tvärtom, intrycket blir däraf ibland ännu större.

XI LEKTIONEN.

Tre förfaringssätt att direkt utstråla det magnetiska inflytandet. — 1. Psykiska fotografin. 2. Plexus-metoden. 3. Muskel-metoden.

Tre förfaringssätt att direkt utstråla det magnetiska inflytandet. — Det första Ni vid användandet af dessa trenne metoder har att göra, är, att draga Eder tillbaka, d. v. s. lärjungen bör gå uti ett lungt afsides beläget rum, där ingen stör honom. Efter det han sedan gjort det bekvämt för sig eller lagt sig, bör han vara cirka 10 minuter sysslolös. Hvarje muskel bör göras slapp och ingen störande tanke får komma. Härefter kan han vända något af omtalade tre metoder, för att använda sin kraft för egen räkning. Nu skola vi gå att beskrifva dessa tre metoder.

* * *

1. Psykiska fotografin. — Sedan Ni kommit till detta tillstånd af fullkomlig ro och tillgifvenhet, sätter Ni Eder vid ett bord, tager ett hvitt pappersark och skrifver tydligt en kort mening därpå. Skrif t. ex. „Jag vill att min strid med den och den skall biläggas“, eller „Jag vill göra på N. N. ett gynnsamt intryck“, eller „Jag vill att N. N. skall finna sig tvungen att göra detta“. Efter det Ni uppttecknat Eder önskan kort och tydligt, lutar Ni Eder bekvämt tillbaka och ser långsamt och under djup andning på papperet, i det Ni i Edra tankar, fullkomligt lugnt, men likväl uppmärksamt tänker på betydelsen af de framför Eder liggande raderna.

Detta är den psykiska fotografin. Teorin påstår, att kraftiga andliga strömmar på detta sätt uppstå i fullkomligaste form. Om Ni med förnuftiga och små fordringar af allmän natur gör början, som t. ex. med fordran på

tilltagande förbättring af hälsan, på större karaktärsfasthet, på bättre minne, mildare sinnelag, så kommer Ni antagligen att genast kunna uppvisa resultat. I den mån Edra framsteg fortskrida, kan Ni uttrycka bestämdare och

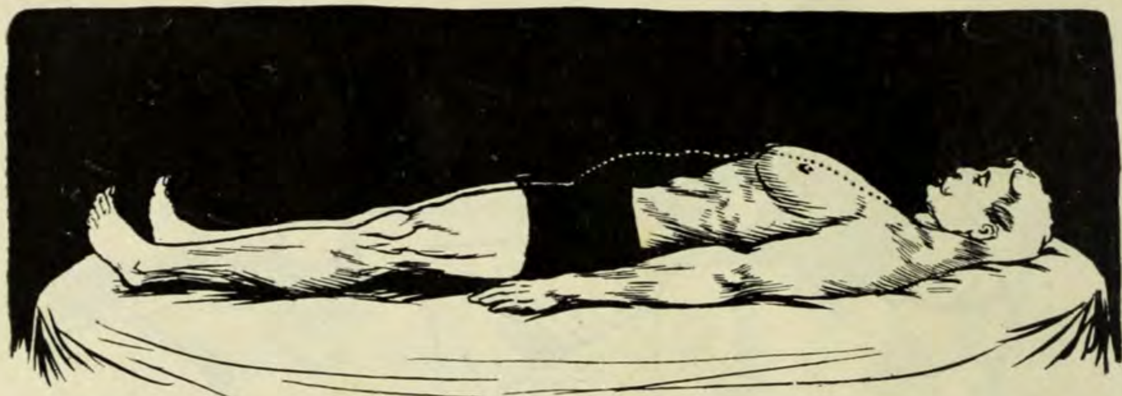


Psykisk fotografi. En tankekrafts bildande och utstrålande.

noggrannare önskningar än i föregående exempel. Så länge Ni ingenting fordrar, som direkt eller indirekt kommer i konflikt med den andres rätt eller välbefinnande, kommer Ni att hafva samma framgang däraf, som Ni är uppriktig och förnuftig i Eder fördran.

2. Plexus-metoden. — Plexus är den store närvmedelpunkten i ryggraden bakom hjärtgropen. Somliga lärda påstå, och det på goda grunder, att denna i värkligheten vore en hjärna, underlifshjärnan, och att denna icke blott utöfvar vissa ovilkorliga kroppsliga funktioner, såsom andning och pulsslag, utan ock tillhämtar sinnesstämning. Flere psykologer betrakta plexus som en värklig magnetisk tilldragningspunkt eller en närvmagnet, som antingen har inflytande på andra eller kan af dem emottaga inflytande. Dessa lärda gå på följande sätt till värket:

Efter det Ni dragit Eder tillbaka och blifvit fullkom-



ligt lugn, aftager Ni alla den fria rörelsen hindrande plagg och utsträcker Eder i hela Eder längd på en bädd.

Med ett djupt andetag utvidgar Ni sedan bröstet och drager samtidigt underlifvet in. Sedan håller Ni andan, drager bröstet in så mycket som möjligt och drifver därigenom luft in i underlifvet, som nu utvidgar sig. Så snart man åter drager underlifvet samman, utvidgas bröstet, under förutsättning naturligtvis, att man håller andan. Med hvarje andetag har man sålunda att fem gånger i följd raskt utvidga och sammandraga bröstet och underlifvet. Sedan håller man en half minut upp därmed och upprepar förfaringssättet. Efter en tredje lika lång paus

upprepar man det för sista gången. Enhvar som skänker denna öfning behörig uppmärksamhet, kan lätt se, att den direkt invärkar på plexus, idet den ger åt densamma genom de omgifvande organen en innerlig massage. Det djupare af denna öfning ligger däri, att den beträffande önskan lungt tillbakahålles i anden, och att förstärkandet af plexus eller närvbatteriet framkallar tankedallringar, hvilka invärka på andras mer eller mindre känsliga närvorgan.

Man har en hög tanke om värkan af detta förfaringssätt; det är för oss oväsentligt, hurudan värkan det har på andra, i hvarje händelse har det en påfallande värkan på eleven, ty det ger honom en känsla af kraft och ro, och hvarje nedslagenhet är som bortblåst.

* * *

3. Muskel-metoden. — Teorin af den tredje och sista metoden kan synas litet vågad. Den utgår nämligen ur synpunkten, att all kraft, det må nu sedan vara förnuft, andetyngdkraft, elektricitet, muskelkraft eller någon annan, som påminner om dessa och endast till namnet äro olika. Enligt denna metod bör eleven begifva sig i strängaste tillbakadragenhet samt sedan ställa sig upprätt och spänna hvarje muskel af kroppen så starkt, han kan, ja ända till styfhet. Därigenom frambringas sålunda helt säkert en kraft, som emellertid blir outnyttjad. Elevens uppmärksamhet är oafvändt riktad mot tillfredsställandet af hans önskan, han vill, att denna önskan skall gå i fullbordan, och han vet, att den psykiska produkten af hans kraft, styfheten i hans muskler, förvandlar sig i andlig kraft. Det är af största vikt, att den yppar sig, att den psykiska kraften, som viker från hans tröttade musker, utströmmar från honom i den andliga gestalten af hans önskan och sålunda värkar på de beträffande personerna och omständigheterna. Denna öfning har ofta med framgång användts i det dagliga affärslifvet.

En af mina vänner höll på med denna öfning i en veckas tid hvarje morgon med tanke: „Affären kommer att gå bättre“, och främgången var klar.

„Hvarför har du icke fortsatt med öfningarna“? frågade jag. „Jag vet ej“, var det uppriktiga svaret, och eleven skulle antagligen säga på samma sätt. Så försummas ett bevisadt och obestridbart faktum ofta, emedan just dess enkelhet gör det nästan otroligt.

XII LEKTIONEN.

Tro hjälper, men är icke nödvändig. — Ernådd tro. — Framgång genom psykiskt suggererad tro. — Tankar utgöra ofta förbindningslänken.

Tron hjälper, men är icke nödvändig. — Redan i de tidigare enkla öfningarna vid personlig magnetism är tron af stor fördel, ehuru icke nödvändig. Trots det kan jag lätt förstå, att det för nybörjaren skall falla sig svårt att tro på något, som han icke förstår; jag skall därför gifva ett godt råd.

* * *

Huru Ni kan vinna tro. — Framgång genom psykiskt suggererande tankar. — Ni kommer säkert att medgifva, att tron skulle hjälpa Eder till snabbare framgång, men Ni säger, att Ni ingenting tror. Dock kan Ni äfven utan tro göra framsteg i personlig magnetism, men går det med „tro" vida bättre. Ni kan vinna den fördel, som tron skulle gifva Eder, om Ni blott håller på afstånd hvarje tvifvel. Detta är icke så svårt, som det ser ut. Det faktum att lära Eder, bevisar att Ni önskar lära Eder. Detta är redan en kraftig hjälp till godt resultat. Ni är benägna att följa mitt råd. I hvarje händelse kan det icke skada och på intet sätt försvaga Eder. Betrakta detta som en del af Eder uppgift och betänk, att undertryckandet af hvarje tvifvel, ehuru väl blott momentant, praktiskt är detsamma, som att tro. Enhvar som på allvar vill lära sig, kan bringa det så långt, och somliga ha redan hjälpt sig öfver svårigheter därigenom, att de upptagit denna „negativa" plan för ernående af tro; jag har ännu aldrig påträffat någon, som vore oförmögen att följa denna, om han på allvar velat

detta. Ingen förståndig psykolog skall påstå, att dessa förenämnda metoder vore tillräckliga för ernående af tillfredsställande resultat. Tro utan arbete nyttjar icke, säger bibeln, och arbete utan tro är icke mycket mera värdt.

* * *

Idéer utgöra ofta förbindningslänken. — Dessa metoder bidraga ofta till att framkalla starka psykiska strömmar hos den flitige eleven, och om han uppmärksamt gifver akt på idéerna, så är han på rätt väg till lyckligt resultat- Det goda kommer ofta i gestalten af lyckliga idéer, direkta följder af hans utöfvade afsiktligt psykiska värksamhet. Detta bevisar, att tankarna äro förbindningslänken mellan det psykiska och materiella, och det öfverlämnas nu åt lärjungen att taga tillfället i akt, tillfället som hans tankar bjuda honom, eller, för att använda ett noggrannare uttryck, att gripa tillfället, som han genom sin fordran har förmått draga till sig.

XIII LEKTIONEN.

Den medvetna utvecklingen af viljekraft. — Energi-utvecklingens grundläge. — Det värksammaste användningssättet.

Den medvetna utvecklingen af viljekraft. — Genom utöfningen af ofvan beskrifna såsom oanvända magasinerade andekrafter utvecklas viljekraften omedvetet vidare. En medveten utveckling är icke desto mindre önskvärd, emedan den bidrager till att vidare höja själfförtroendet och äfven måste uttrycka sig i ansiktet och uppförandet, ehuru lärjungen kanhända icke själf är medveten därom.

* * *

Energi-utvecklingens grundläge. — Odisputabelt är, att hvarje öfvervinnande af en svårighet, den må nu sedan vara hur obetydlig som hälst, stärker viljan. Börja endast med något helt obetydligt, och Ni skall snart finna riktigheten af denna sats. Försök t. ex. samtidigt med ena handen på ett pappersark rita en cirkel och med den andra en kvadrat. Företag Eder att bestämdt utföra det blott för utförandets skull. Sedan Ni ändtligen fått det färdigt, lutar Ni Eder tillbaka och bringar till Edert fulla medvetande, att Ni genom Eder blotta viljekraft öfvervunnit någonting. Foga denna medvetenhet af Edert reserv-batteri härtill, och gå nu till något allvarsammare, t. ex. lösningen af en svår Edert husliga lif beträffande fråga. Beslut fast att lösa denna, använd hela medvetenheten af Eder kraft, som Ni har i förråd, och uppgif icke Edert förehafvande. Efter hvarje liknande seger blir Ni allt starkare.

* * *

Det värksammaste användningssättet. — Icke den besitter den största viljekraft, som skär tänder, rynkar pannan, antager en hotande min vch börjar arbeta så häget som möjligt. Hans uppgift må lyckas, men han förslösar energi och kan icke mäta sig med den lugna, besinnande mannen. Den sistnämde går med öfverläggning till arbetet. Han småler åt ett misslyckande och börjar tåligt från början, ty han har fullkomligt förtroende i sin makt, att han omsider skall segra. För honom är uppgiften icke någon kamp, som för den andra, utan endast en period af intelligent värksamhet, som endast kan hafva en utgång, nämligen en lycklig seger.

XIV LEKTIONEN.

Metoder af aktiv utstrålning. — Ingen nödvändighet därför. — Förhållanden mellan de andliga och materiella elementen. — Ett induktionsförfarande. — Kraftutstrålning genom bestämdt påstående. — Någon förberedelse är absolut nödvändig.

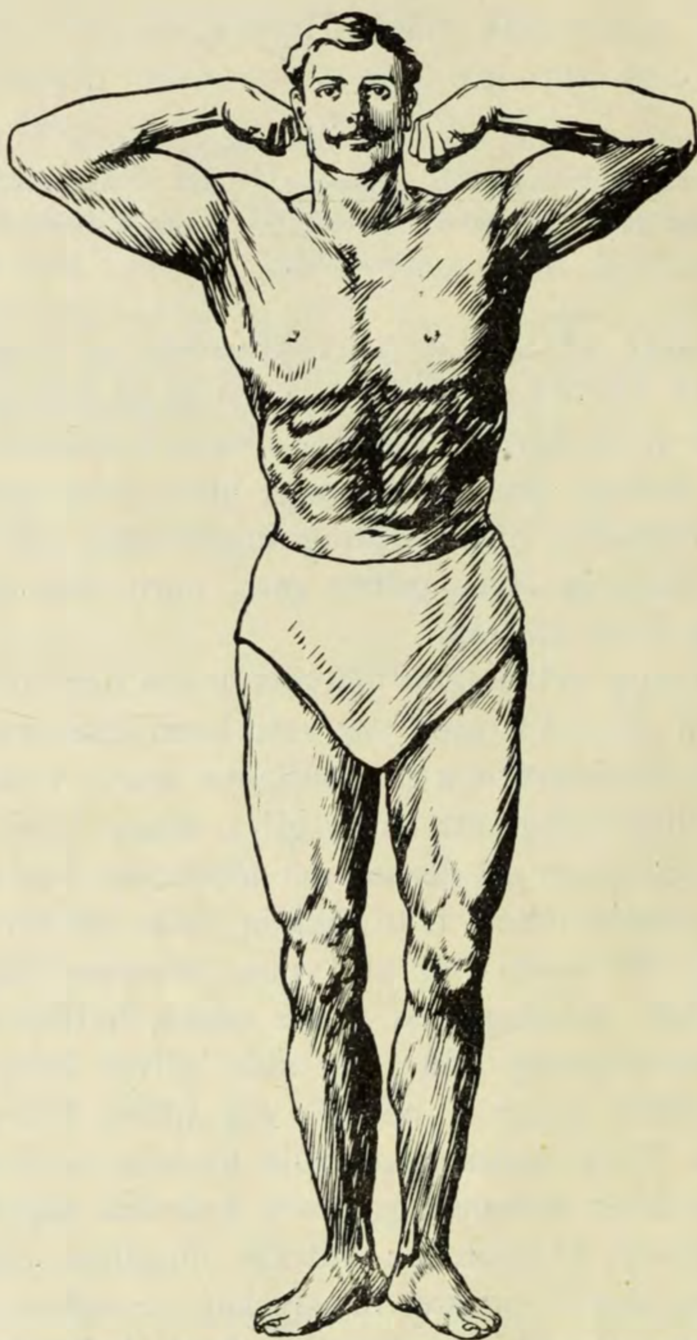
Metoder af aktift utstrålande. — Ingen nödvändighet därför. — Vid en återblick på denna lärobok, hvars slut vi nu närma oss, skall eleven måhända invända: „Ni har tydligt nog visat mig, huru man passivt kan vara tilldragande, huru tilldragningskraften blir bevarad, men jag önskade äfven gärna veta, huru man aktift kan låta denna kraft utstråla".

Jag kunde helt enkelt hänvisa denna hans invändning till lektion No. VI, men jag vet, hvad han menar; han önskar ett direktare och personligare svar. I vanliga fall är det ej nödvändigt att aktift gifva denna kraft från sig. Den omständighet, att densamma förefinnes hos Eder och afsiktligt tillbakahålles, är tillräcklig, utan att Ni behöfver gripa till offensiven för att vinna intresse, förtroende, vänskap och aktning hos Eder nästa, hvilka han utan minsta ansträngning från Eder sida gifver Eder. Dessa gåfvor, hvilka redan i och för sig själfva äro en riklig lön, hafva äfven andra materiella fördelar med sig. De öppna för Eder mången god och bekväm väg till makt och inflytande, hvilken Ni hittills förgäfves sökt finna. Edra förra försök måste misslyckas, emedan Ni icke betänkt, att af alla materiella tings behärskning en intelligent och enhetlig andlig värksamhet är beroende.

* * *

Förhållanden mellan de andliga och materiella elementen. — Låt mig, för att lättare kunna förklara

denna sak, använda ett exempel, en sjö, med en härlig ö i midten. Ön föreställsr något materielt ämne, hvilket



Muskelmetoden eller direkt förvandling af fysisk kraft till psykisk.

Ni önskar Eder, t. ex. rikedom, och sjöns vatten representerar platsen för de förhärskande andliga omständigheterna. Eder naturliga drift är att utan långt besinnande

störta Eder på ön. „Ni stapplar i vattnet“, det är den bästa jämförelse för Edert andliga tillstånd, ehuru Ni i första ögonblicket icke är medveten härom. För att kunna uppnå ön, måste Ni först lära Eder simma, d. v. s. Ni måste först följa den andliga omgifningens lagar förrän Ni kan uppnå ett materielt resultat. Ehuru jag icke kan samtycka till elevens otåliga önskan till aktift utstrålande af denna sin kraft, isynnerhet då han förstår sig på den långsammare men säkrare passiva metoden, kan jag dock tillfredsställa hans längtan.

* * *

Ett induktionsförfarande. — Med hänvisning till de bevisade teorierna om utvecklingen af en likartad ström i en elektrisk ledning, bredvid hvilken man bringar en annan strömkonduktor, antaga vi, att Ni önska hafva inflytande på någon ny bekant eller med andra ord vilja göra intryck på honom. Betänk att han är ett föremål, hvarigenom andliga strömmar löpa, och att Ni utgör ett värktyg, som icke blott utvecklar strömmen utan äfven emottager och fasthåller den, när Ni anser sådant för Eder nödigt. Låt honom tala så mycket han vill, och bemöda Eder om att åhöra honom med ett uttryck af största intresse, hvarvid Ni försiktigt använder centralblicken. Använd alla knep, på det att intet må sätta honom i förundran, och håll samtidigt all Eder kraft samlad; drag honom så att säga in i Eder själf. I det Ni låter Eder andliga ström i form af kloka frågor eller anspelningar öfvergå på honom, väcker Ni hos honom likartade strömmar; Ni urskiljer hans böjelser och obenägenhet, understödjer honom i hans önskningar genom en intressant underhållning med ett fint utryckt tillfälligt beröm, hvilket snart skall bringa honom i formlig andlig samklang med Eder själf, d. v. s. han tycker om Eder och föredrager Edert sällskap framom alla andras. Begå ej felet att använda dumt smicker. Endast lättrogna

låta sig öfverlistas härmed; uppväck i Eder en ström värkligt välvilligt intresse. Detta skall lätt lyckas Eder, om Ni slår allt annat ur hågen. Om Ni förstår de lagar om in- och tilldragning, hvilka bestå mellan de andliga strömmarna, skall Ni finna, att konsten att kunna draga andra till sig blir en högst intressant vetenskap. Ni drager ej andra till Eder, emedan det är Eder speciella önskan, utan blott för att öfva Eder makt och studera lagarnas värkningar under olika omständigheter.

* * *

Kraftutstrålande genom bestämdt påstående eller affirmation. — En annan metod af aktift kraftutstrålande är affirmation. Om Ni t. ex. är i sällskap och önskar, att en viss närvarande person af fri vilja vill blifva presenterad för Eder, må följande förfarande, hvilket dock naturligtvis måste förändras efter omständigheterna, användas. Det har redan af hundraden experimentmakare befunnits vara mycket värksamt, förutsatt att förhållandena ej äro alltför ogynsamma. Välj en person för Edert försök. Gå förbi honom så att han måste se Eder, gör detta så ofta som möjligt, utan att dock vara efterhängsen. Använd centralblicken lugnt och gladt hvarje gång Edra blickar mötas. Upprepa samtidigt innerligt såsom om Ni ville tilltala honom: „Ni önskar blifva presenterad för mig“. Gör detta till en stark försäkran och uttryck för honom detsamma på samma gång genom Edert minspel.

* * *

Någon förberedelse är absolut nödvändig. — Det finnes naturligtvis ingen metod, vare sig aktiv eller passiv, hvilken kan hafva den ringaste värkan, om eleven låter sin koncentrerade kraft rymma bort, d. v. s. då han försummar fortsatt uppbevaring af kraft. Vidare är det icke att förorda, ja det vore t. o. m. icke förnuftigt

att följa någon af ofvanbeskrifna metoder, så länge Ni ännu icke förstår de i tidigare lektioner beskrifna grundsatserna af vetenskapen och icke gjort Eder fortrogen med dem.

Allt har sitt pris, och priset för ernåendet af personlig magnetism utgör ett obetingadt undertryckande af fåfängan i alla dess otaliga gestalter.

XV LEKTIONEN.

Slutord.

Till slut ännu några ord. Det har varit mig ett nöje att skrifva denna bok. Jag anser den för fullständig, och den gifver just de erforderliga uppgifterna. Som varning vill jag ännu säga Eder: „Akta Eder för dåliga vanor!“

Dåliga vanor utgöra den största tillintetgöraren af personlig magnetism. Enhvar som har någon dålig vana, vare sig denna är fysisk eller psykisk, kan till största delen tillskrifva orsaken till sin ickemagnetism nämnda grund. Dåliga vanor utgöra en kraft och falla under den allmänna beteckningen „frestelse“. Ni kunnä behandla den såsom jag i föregående lektioner beskrifvit, borttaga dem deras kraft och uppbevara den i Eder samt därigenom tillintetgöra dess värkningar. Och nu som slutförklaring jöljande:

Ni har lärt Eder, huru kraften, som vi kalla personlig magnetism, skall uppbevaras och utstrålas; Ni får emellertid icke glömma, att Ni alla tider kan skydda Eder mot andras inflytande, hvilka genom enbar viljeansträngning önska fråntaga Eder kraft. Ni är säker mot sådana försörk, om Ni är beslutsam och förbehållsam. Hela boken igenom har jag inpräglat för Eder, utan att uttrycka det i ord, att Ni kan lära, huru en kraft, som

i och för sig är utan hvarje som hälst individualitet och förnuft, i värkligheten bildar en del af Eder individualitet, af Eder själf, helt enkelt, emedan Ni så velat det. Vet blott till slut, att den personliga magnetismen då är som värksammast, när kraft och vilja arbeta i endräkt och sålunda bilda en enda makt.

Slut.

Buchdruckerei Wilhelm Hartmann, Berlin SO. 16.





HYPNOTISM

Första delen af
Flowers Kollektion

PSYKOLOGISKA FÖRLAGET
VAN TUYL DANIELS
BERLIN





Utförlig handledning

i

hypnotism, mesmerism, suggestiv terapeutik, uppfostran under sömn,

jämte handledning i utöfvandet af

Magnetism.

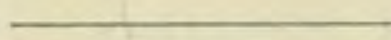
Hypnotiserande och magnetiserande enligt de främste lärdes metoder i denna vetenskap.

Af HIRAM JACKSON.

Psykologiska Förlaget
VAN TUYL DANIELS
BERLIN W. 8.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING.

Handledning uti utöfvandet af magnetismen.



INLEDNING.

Betydelsen af denna inledning. — Värdet af viljekraftens utveckling. — Upprepade försök. — Ändamålet med dessa försök. — Huru kan ett misslyckande undvikas? — Försök i vaket tillstånd. — Framkallandet af muskelförslappning. — Huru skall man sätta sig? — Verkan af denna befallning. — Ytterligare råd och varningar. — Utförandet af det första försöket. — Huru man skall stärka sitt eget självförtroende. — Hvad har man att säga vid försöket att framkalla ett fallande framåt? — Mediet får ingalunda lida någon skada. — Huru kan man öfvervinna motståndet och skepticismen? — Försök i motsatt riktning. — Försöket att framkalla ett fallande bakåt. — Knäppandet med fingrarna såsom ett tecken. — Försöket att fjättra händerna. — Verkan af motståndet. — Fördjupandet af intrycket. — Öfning till fullkomlighet uppnåtts. — Inflytandet utan beröring. — Verkan af den stirrande blicken. — Att gifva efter för inflytandet. — Det rationella i försöket. — Nyckeln till framgången. — Tillslutandet af ögonen. — Resultatet af den fixa idén. — Huru skall subjektet åter lugnas? — Omöjligheten af ett misslyckande. — Förbudet att tala. — Utförandet af försöket. — Han kan hvarken tänka eller tala. — Efterhärmandet af fysiska känslor. — Hvad är att göra? — En fysiologisk förklaring. — Basen för läkedomen. — Några ord till varning.

Betydelsen af denna inledning. — Lärjungen uppmanas att åt denna inledning skänka en särskild uppmärksamhet. Den omfattar ej allenast stycken om den högre filosofi, som ingår i de i föreliggande bok förklarade fenomenen, utan, emedan där finnes upptagna flere i vaket tillstånd utförbara försök, förbereder den i en viss grad lärjungen att småningom på det lättaste sättet förvärfva sig den nödvändiga själfbeherskning och det erforderliga själfförtroendet, som äro oundgängliga för att vinna framgång både i lifvet i allmänhet och som hypnotisör.

*   *   *

Värdet af viljekraftens utveckling. — Den värdefullaste egenskapen, som ett mänskligt väsen kan besitta, är den att öfverföra sin egen vilja på andra människor. Denna egenskap, som vi vanligtvis benämna „viljekraft“, „magnetism“ o. s. v., har sin grund i självförtroendet. Genom ett studium af föreliggande kurs och de därmed följande lektionerna skall självförtroendet hos de blygaste och mest tillbakadragna människor utvecklas. För att rätt tydliggöra denna punkt, må det tillåtas mig att framhålla, att blygsamheten och skygg-heten, dessa olycksaliga hinder för framgång inom alla verksamhetsområden, ej existera för dem, som med flit och uthållighet följa den här angifna vägledningen.

* * *

Upprepade försök. — Det är ingalunda tillräckligt, att lärjungen helt enkelt blott genomläser denna kurs och sedan lägger den å sido i tanke att han vet allt, som är nödvändigt, och att han framdeles, då tillfälle därtill yppas, kommer att anställa försök. Af väsentlig vikt är, att han drager nytta af hvarje tillfälle, som erbjudes honom och dagligen gör ett eller flere försök. Vi måste isynnerhet tillhålla honom att lära sig utföra hvarje försök så fullkomligt som möjligt, förrän han går vidare till det följande.

* * *

Ändamålet med dessa försök. — Här beskrifves gradvis sex olika försök, hvilka alla hafva till ändamål att hos lärjungen utveckla karaktärsegenskapen „själf-förtroendet“ och att samtidigt visa honom, huru denna karaktärsegenskaps grundlagar, genom hvilka just hypno-tismen blifvit ett vetenskapligt bevisadt faktum, äro beskaffade. Lärjungen måste framför allt komma ihåg, att det ingalunda är nödvändigt att till först försätta ett medium i sömntillstånd för att framkalla de första stadierna af hypnotismen.

Huru kan ett misslyckande undvikas? — Nybegynnaren fruktar själffallet, att han skall misslyckas och därigenom göra sig löjlig. Det är därför bra att först och främst gifva anvisningar om, huru hvar och en obetingadt kan bevara sig för dessa olägenheter.

För det första: att afsiktligt undvika uttrycket „hypnotismen“ och ståndaktigt afhålla sig från tanken, att försöken vore af hypnotisk natur. Man kallar dem helt enkelt „egendomliga försök med magnetisk dragningskraft eller nervrörelse“, ifall man önskar någon benämning.

För det andra: att man förklarar på det noggrannaste, att framgången af försöket beror helt och hållet på viljekraftens styrka och på det af subjektet eftersträfvade fördjupandet. Den, som leder försöket, är ej annat än en vägledare. Har subjektet tillräcklig viljekraft att tillbakatränga och bannlysa alla de tankar, som ej öfverensstämma med ledarens, är framgången säker. Är subjektet viljesvagt och förmår det ej att fördjupa sig i ledarens tanke, är det honom omöjligt att tillbakavisa andra tankar. Detta måste man förut göra klart för subjektet och visa honom, att framgång och intresse vid försöket bero endast och allenast af hans fasta och afsiktliga medverkan. Ett själlöst djur är mycket svårare att hypnotisera än en intelligent människa. Genom ett tydligt förklarande af dessa fakta skall ett misslyckande vid försöken och det därpå följande förlöjligandet en gång för alla undanrödjas.

* * *

Försök i vaket tillstånd. — De följande experimenten skola bevisa, att det är möjligt för en främmande själ att beherska en annan, ehuru subjektet förblir i full besittning af de egenskaper, som känneteckna ett vaket tillstånd.

* * *

1. Experiment. — Ehuru jag för detta experiment råder Eder att, för att kunna utvälja ett lämpligt medium, samla ett sällskap af flere personer, kan detta försök lika väl utföras med en enda individ, ifall det ej är möjligt eller utförbart att sammankalla flere.

* * *

Framkallandet af muskelförslappning. — Ett sällskap af unga personer af båda könen i en ålder af från 15 till 25 år samlas. Dessa personer sätta sig på



bekväma stolar och bilda en halfcirkel framför ledaren. Därefter inpräglas hos sällskapet, att hvarken anmärkningar eller skämt få förekomma under försöket, och sedan hålles ungefär följande föredrag:

„Vi äro i afton här församlade för att försöka några experiment i de psykiska fenomenen, och jag beder Eder på det enträgnaste, att Ni ville så mycket som möjligt skänka mig den största uppmärksamhet, genom att vara mig behjälpliga i att med allvar utföra allt så, som jag kommer att fordra det af Eder. Det kommer att blifva mig ytterst svårt att uppnå det önskade resultatet, om

Ni ej egnar mig Eder fulla uppmärksamhet och, i händelse Ni motsätter Eder mitt inflytande, är hvarje utförande otänkbart. Vill Ni således hafva den godheten att nu förhålla Eder fullkomligt passiva och mottagliga, så att mina ord i Eder hjärna må kunna framkalla de intryck, hvilka visat sig vara absolut nödvändiga vid verkställandet af försöken. Förrän vi dock börja med något experiment, anhåller jag, att Ni ville försätta Edra muskler i ett tillstånd af fullständig overksamhet, ty det är det första steget till en fullständig andlig afmattning.“

* * *

Huru skall man sätta sig? — „Ni måste försöka att sätta Eder så bekvämt som möjligt och placera fötterna så, att Ni med hela foten berör golfvet. Lägg händerna på knäna och lyfta turvis upp först den högra och sedan den vänstra handen, så snart jag säger „höger“, „vänster“ o. s. v. Låt hvarje hand slappt och utan ansträngning falla tillbaka på knäet. Jag skall låta Eder utföra det sex gånger med hvarje hand.

Ledaren inträder nu inom den halfcirkel, som hans lärjungar bilda, sätter sig på en stol med ansiktet vändt mot sällskapet och upplyftar den högra handen ca. 30 cm från knäet sägande „höger“.

* * *

Verkan af denna befallning. — På kommandot „höger“ lyfta alla lärjungar upp den högra handen, på samma sätt som ledaren. Efter 2—3 sekunder låter ledaren sin arm slappt och utan ansträngning falla ned på knäet, i det han samtidigt hommenderar „vänster“ och höjer den vänstra handen. Denna hand hålles, liksom den högra handen, upplyftad 2—3 sekunder samt fälles ned på knäet på kommandot „höger“. Händerna sjunka ned efter hvarandra tunga och liflösa, ty genom

experimentet åstadkommes en fullständig muskelförsiappning. Det första steget är nu taget. Den passivitet i tanken, som framkallats genom ledarens ord, återverkar på lärjungens muskler, så att en fullständig fysisk hvila bemäktigar sig dem. Då det här ofvansagda blifvit utfördt fem eller sex gånger, stiger ledaren upp och går till hvar och en lärjunge enskildt samt ropar till honom „somna in fullständigt!“ Därvid lyfter han upp efter hvarandra först lärjungens högra hand och låter den falla ned på knäet och sedan den vänstra på samma sätt, hvarvid han omsorgsfullt öfvertygar sig om, att de nedfalla slappt och känslolöst, och att en fullkomlig muskelförslappning inträdt.

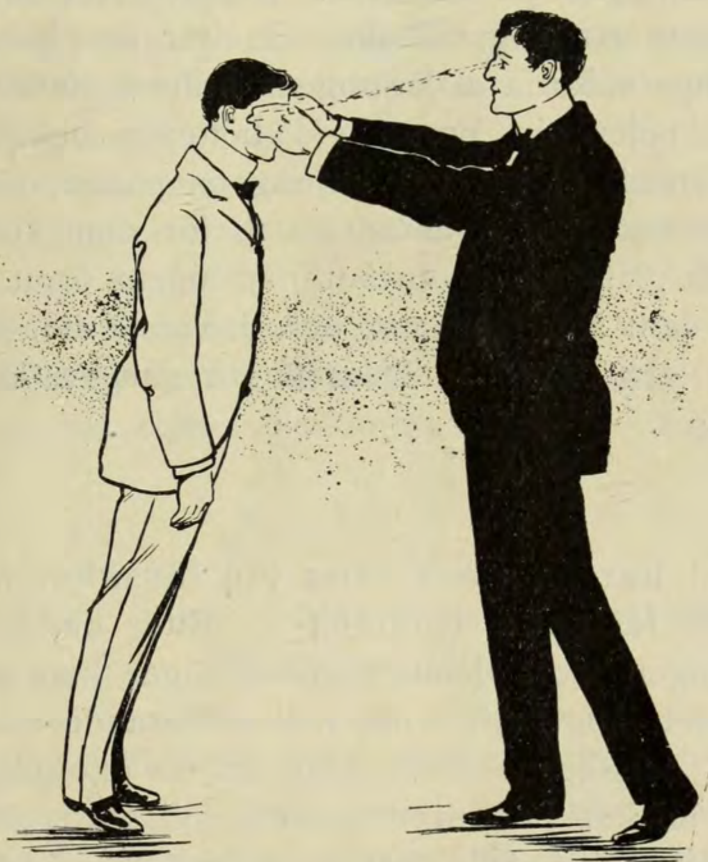
* * *

Ytterligare råd och varningar. — Ledaren säger nu: „Ni har intagit en bekväm ställning och musklerna äro förslappade; jag kan därför anställa med Eder den ena efter den andra det första experimentet. Det är dock af vikt, att Ni ej samtalar eller hviskar något till hvarandra. Ni måste egna hela Eder uppmärksamhet åt den tanke, som mina ord skola ingifva Eder. Förstå mig rätt: det handlar om själens sträfvan att utföra det, som tanken anbefaller den. Föreställ Eder, att Ni verkligt utför det, jag anmodar Eder att utföra, och att Ni verkligt känner det, jag anmodar Eder att känna, och Ni skall som resultat iakttaga några mycket intressanta fenomen.“

* * *

Utförandet af det första försöket. — Ledaren utväljer bland sina lärjungar den, som synes honom mest emottaglig för hans inflytande, och placerar honom så, att han står med ryggen vänd mot de andra lärjungarna. Sedan uppmanar ledaren lärjungen att se honom rakt in i ögonen, under det han själf riktar sin blick, utan att

för ett ögonblick vända bort den, så stadigt som möjligt på den del af lärjungens näsa, som befinner sig mellan ögonen. Nu tilltalar ledaren lärjungen lugnt — detta måste vara fallet vid hvarje experiment — bestämdt, utan hast och utan att höja rösten samt beter sig därvid så, som om han vore van och fast trodde på, att lärjungen vore tvungen att lyda honom. För att stärka



sitt inflytande öfver lärjungen tänker han i sitt inre oaflåtligt: „du är tvungen att göra det, som jag säger.“ På denna sats måste ledaren sedan vid alla följande experiment tänka.

* * *

Huru man kan stärka sitt eget självförtroende. — Följden af det nyss beskrifvna visar sig snart i ett

stärkande af operatörens självförtroende och i ett förlänande af en sådan kraft och bestämdhet åt hans blick, att han får ett mäktigt inflytande öfver sina lärjungar. Ledaren lyfter nu sina händer och berör med dem lätt, så att intet obehag genom tryckning förnimmes, lärjungens hufvud rakt ofvanom öronen. Under tio sekunder kvarhåller han händerna i denna ställning med blicken fästad på den del af lärjungens ansikte, som befinner sig mellan ögonen, nämligen på näsroten. Sedan flyttar ledaren den vänstra foten ett steg tillbaka och drar sina händer sakta framåt längs sidorna af lärjungens hufvud, under det han samtidigt böjer sin kropp vid höfterna bakåt. Då ledarens händer mötas vid lärjungens panna, skiljer han dem långsamt från hvarandra och för dem tillbaka till deras förra platser rakt ofvanom lärjungens öron. Därefter drar han dem åter långsamt och dröjande mot lärjungens panna. Detta upprepar ledaren tre gånger, förrän han yttrar något.

* * *

Hvad har man att säga vid försöket att framkalla ett fallande framåt? — Efter det ledaren för tredje gången gjort denna rörelse, säger kan uttryckligt och mycket långsamt, i det han fortfarande ser stint på lärjungen, och denne äfven utan att ett ögonblick se sig omkring blickar honom i ögonen, följande: „Ni känner nu ett behof att falla framåt — motstå ej detta behof, jag skall taga emot Eder; öfverlämna Eder helt och hållet åt detta behof. Ni faller redan. Ni kan ej mera hålla emot. Ni faller framåt, faller framåt, öfverlämna Eder alldeles — så, det är bra.“ I detta ögonblick faller subjektet verkligen framåt, med ögonen ständigt riktade på ledaren. Denne måste naturligtvis emottaga honom försiktigt, så att han ej skadar sig.

* * *

Mediet får ingalunda lida någon skada. — Ledaren måste iakttaga den största försiktighet, på det att under hans experiment subjektet eller mediet ej skadar sig genom något fall, emedan förtroendet till honom skulle därigenom rubbas, och utan förtroende kan han ej bevara sitt inflytande öfver subjektet. Så snart ledaren emottagit det fallande subjektet, hvilket mycket snart skall återhämta sig, säger han: „Det har lyckats fullständigt, Ni är fullt vaken". Lärjungen återvänder till sin plats, men hvarken han eller någon annan af sällskapet får yttra ett ord. Ledaren utför detsamma experimentet med hvar och en af de öfriga personerna af följande tränne skäl: 1. för att utröna, hvilka af dessa personer äro de mest mottagliga för hans inflytande, och 2. för att tillräckligt förbereda alla till de nästföljande experimenten. Detta försök kan ej anses afslutadt, förrän det lyckats att fullkomligt utföra det med alla de närvarande personerna.

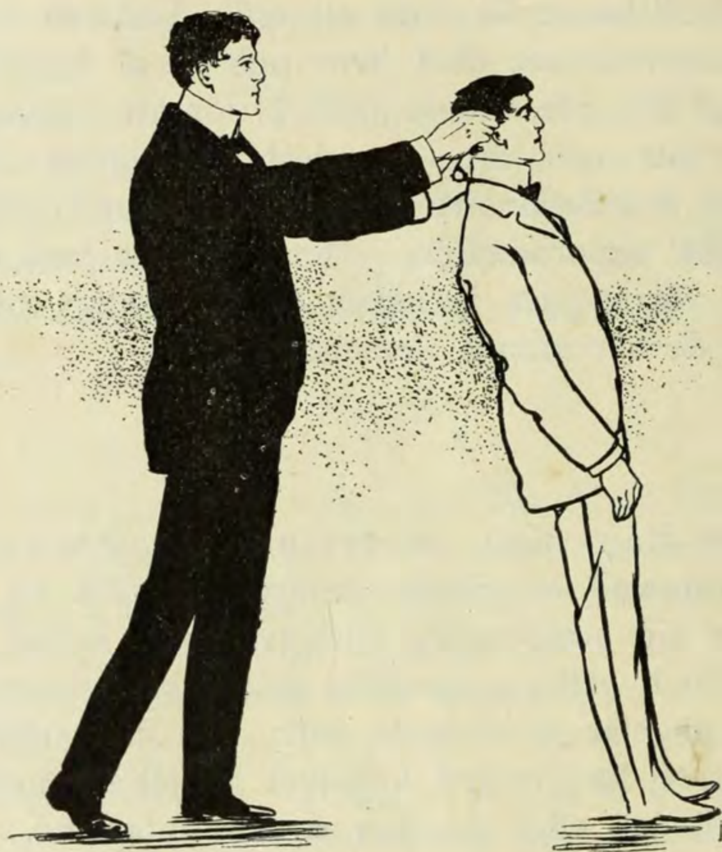
* * *

Huru kan man öfvervinna motståndet och skepticismen? — Skulle ledaren anträffa en person, som visar sig oemottaglig eller tviflande, måste han genast helt och hållet undanrödja sådana svårigheten genom att säga ungefär på följande sätt: „Ni har utan tvifvel rätt i, att Ni kan motstå behofvet att falla framåt, om Ni ej själf vill det, eller försöker att göra motstånd. Jag har dock tidigare uppmanat Eder att förhålla Eder alldeles passiv, och jag jag måste upprepa, att dessa experiment lyckas endast då, i fall Ni hvarken med mig eller Eder själf inlåter Eder i några argumentationer. Det fordras af Eder endast, att Ni gör bruk af Eder inbillning och att Ni lyder mig obetingadt. Till och med analyserandet af Edra intryck synes mig otillåtligt. Ni bör skänka Eder fulla uppmärksamhet åt mina ord, det är allt, som

fordras. Ett sådant språk skall tydliggöra för personen i fråga, att ledaren ej det ringaste fäster sig vid hans mening, och några i samma riktning uttalade ord skola förslå att göra alla lärjungar uppmärksamma och lydiga.

* * *

Försök i motsatt riktning. — Ledaren gör nu ett försök i motsatt riktning och utväljer bland sällskapet



tre af de personer, hvilka voro mest emottagliga för hans inflytande vid försöket att falla framåt. Dessa tre personer framropas efter hvarandra. Den, som först framropas, ställes med ansiktet vändt mot en vägg och ryggen mot det öfriga sällskapet, Ledaren står emellan honom och de andra personerna med ryggen vänd mot dem.

Operatören lägger nu sin högra hands pekfinger lätt nedanför den bakre delen af subjektets hufvudskål rakt öfver nacken och sin vänstra hand på den vänstra sidan af subjektets hufvud ofvanom örat, så att hans fingrar komma att ligga på den vänstra tinningen.

* * *

Försöket att framkalla ett fallande bakåt. — Ledaren befaller nu subjektet att sluta ögonen och drager strax därpå småningom och mycket långsamt sin vänstra hand helt och hållet bort från jubjektets hufvud. Samtidigt borttager han äfven den högra handens pekfinger så lätt, att subjektet knappast märker det, under det han säger: „Ni har en känsla af att vilja falla bakåt, Ni kommer att falla bakåt i mina armar. Öfverlämna Eder fullständigt åt detta behof, så snart det känns starkare. Ni faller bakåt, faller bakåt.“ Under det ledaren mycket långsamt med längre pauser upprepar dessa ord, förnyar han långsamt tillbakadragandet af den vänstra handen, kvarblifvande dock alltid vid subjektets hufvud. Ofta genast, men alltid vid återupprepandet af orden förlorar subjektet småningom balansen och böjer sig från sin lodräta ställning sakta bakåt.

Så snart subjektet böjt sig omkring $^1/_3$ m. bakåt, måste operatören i rätt tid taga emot honom och såsom förut säga: „Det har lyckats, vakna upp!“ Detta experiment bör upprepas, och ledaren säger då: „Ni gjorde det mycket bra, men denna gång måste Ni litet tidigare gifva efter för behofvet att falla bakåt.“ Vid upprepandet af försöket säger ledaren: „Ni faller bakåt och kan ej hjälpa Eder. Ni faller bakåt direkte i mina armar. — Öfverlämna Eder fullkomligt. — Nu faller Ni.“ Lärjungen befinner sig nu i dett rätta andliga tillståndet, liksom en, som väl lärt sig sin läxa, och då han tillika hyser fullt örtroende till ledaren, faller han alldes förslappad bakåt

i ledarens armar. Då subjektet af ledaren blifvit upphjälpt i den lodräta ställningen, säger ledaren: „Denna gång lyckades det fullständigt, vakna upp!"

* * *

Knäppandet med fingrarna såsom ett tecken. — Ledaren knäpper nu med fingrarna för att vänja subjektet att anse detta som ett tecken på, att han afslutat experimentet. — Härmed afsluta vi det första i vaket tillstånd anställda experimentet. Operatören har härunder lärt sig känna två eller tre personer, hvilka äro lätt emottagliga för hans inflytande.

* * *

2. Experiment. — Ledaren ropar upp en af de tre lärjungar, han utvalt, och uppmanar denne, sedan lärjungen ställt sig med ryggen mot det öfriga sällskapet, att oafbrutet se honom stint in i ögonen. Sedan sträcker ledaren ut sina händer mot lärjungen, så att insidan af handen är vänd uppåt, och befaller honom att fatta hans händer så stadigt som möjligt.

I det samma böjer ledaren sig med hufvudet framåt, så att hans hufvud befinner sig blott ca. 15 cm från subjektets hufvud.

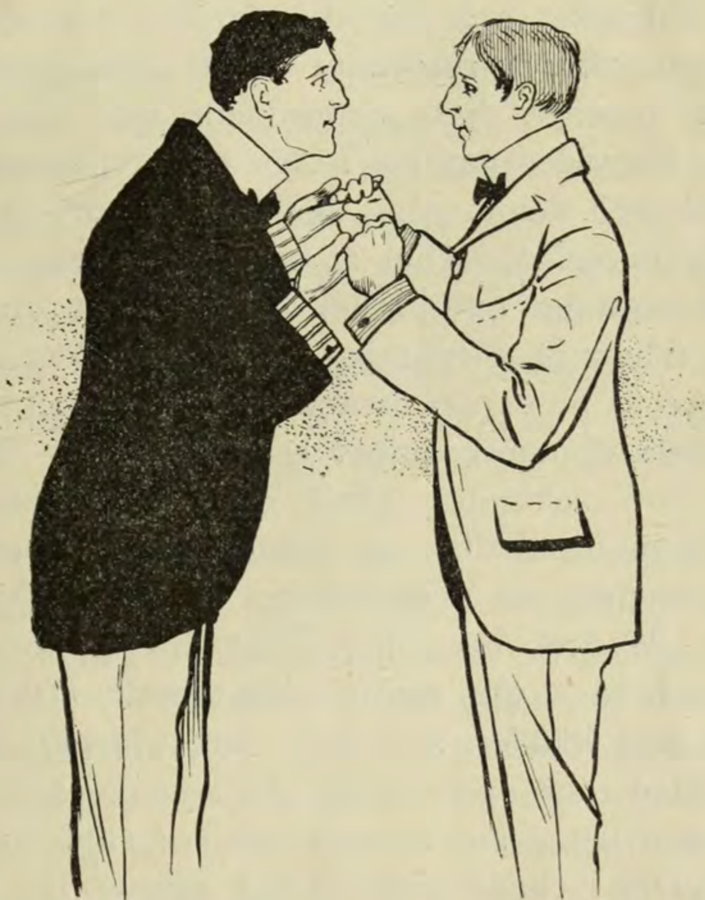
* * *

Försöket att fjättra händerna. — Operatören blickar med största lugn under 10 sekunder på subjektet och säger sedan i positiv ton och mycket långsamt: „Ni kan ej mera öppna Edra händer. Ni kan ej taga Edra händer bort från mina händer. Edra händer äro fjättrade vid mina. Ni kan ej röra Edra händer. Edra muskler hafva blifvit styfra. Försök att taga bort Edra händer. Ni kan det ej!" Genom ledarens stirrande blick förhindras subjektet att fullt begagna sig af sina förstånds-förmågor, hans själ är endast emottaglig för den tanke,

som ledaren inpräglar i honom. Han känner sina händer verkligt styfva, och han har ej mera kraft att draga dem tillbaka.

*　　*　　*

Verkan af motståndet. — Omedelbart härpå kommer ledaren att hos subjektet märka ett visst mot-



stånd, hvilket närmast härleder sig från försöket att vända blicken bort från ledarens ögon. Skulle blicken svikta det minsta, måste operatören skynda sig att säga: „Bra, nu kan Ni röra Edra händer, musklerna äro förslappade.“ Lärjungen kommer kanhända i slutet af detta experiment, i tanke att han låtit narra sig litet, att säga: Hvarför just nu, jag hade hela tiden kunnat röra mina händer, om jag blott försökt det.“ Det är bäst, att

ledaren ej motsäger honom, men försäkrar honom likväl, att, så länge han egnade sin fulla uppmärksamhet åt ledaren och hans ord och fördjupade sig i dem, hade det varit omöjligt att taga bort händerna.

* * *

Fördjupandet af intrycket. — För att ytterligare öfvertyga subjektet och för att klargöra för sällskapet, att det ingalunda var resultatet af ett konstgrepp, skall operatören upprepa detta experiment med den samma personen. Härvid säger han: „Nu göra vi ännu en gång detta försök och denna gång skall Ni se, att ju mer Ni egnar Eder uppmärksamhet åt mina ord, desto mer blir det så att säga en omöjlighet för Eder att draga Eder hand bort från min, förrän jag uppmanar Eder att göra det.“ Upprepas nu experimentet och operatören iakttager, att subjektets uppmärksamhet ej aftager på — låtom oss säga — 5—6 sekunder, skall rodnaden på subjektets ansikte, som framkallas af ansträngningen att befria händerna, bevisa, att experimentet lyckats. Operatören säger nu: „Mycket bra, musklerna äro fullkomligt förslappade och raskt upp nu med händerna!“ Då subjektet tagit bort sina händer, men det oaktadt fortfarande håller blicken riktad mot operatören, skall denne knäppa med fingrarna och lägga sin vänstra hand på subjektets panna sägande: „Det lyckades fullkomligt, vak upp!“

* * *

Öfning tills fullkomlighet uppnåtts. — Det är väl här på sin plats att ännu en gång på det eftertryckligaste framhålla, att hvarje här angifna experiment skall öfvas så länge, tills det lyckas fullständigt. Man får ej skynda sig från ett experiment till ett annat, och må enhvar komma ihåg, att alla experiment ej skola slå fel. Det kan ju förekomma, att af tolf experiment sju

eller åtta misslyckas; orsaken är främst att söka däri, att subjekten ej förmå tillegna sig det nödvändiga fördjupandet. Följer ledaren de här framlagda anvisningarna, är felet aldrig hans, och han skall alltid bland tolf individer åtminstone finna tre eller fyra, som äro emottagliga för hans inflytande, redan af den orsak, att de från början äro vana därvid.

* * *

3. Experiment. — Vid de två första experimenten var ledaren i tillfälle att genom beröring stärka sitt inflytande på subjektet: ledaren lade händerna personligen på subjektet. I det tredje experimentet skall nu bevisas, att en beröring af subjektet, för att beröfva det kontrollen öfver dess muskler, ej alls är nödvändig. Detta experiment är ett af de mest förvånansvärda experiment i vaket tillstånd.

* * *

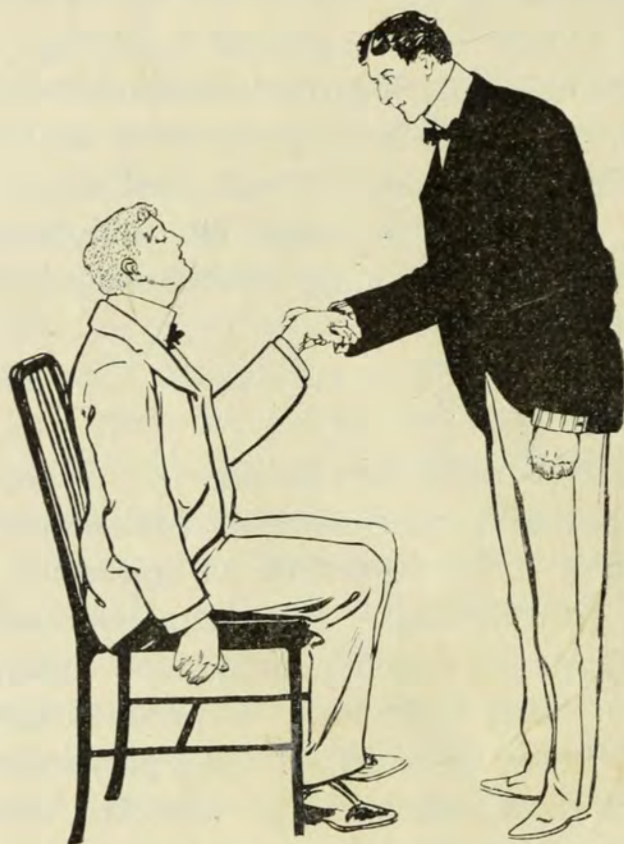
Inflytandet utan beröring. — Subjektet sättes på en stol med dess rygg vänd mot sällskapet. Ledaren sätter sig midt emot subjektet så nära, att subjektets knän nästan vidröra hans. För detta experiment är det fördelaktigast att välja den person, med hvilken de förra experimenten bäst lyckades. Experimentatorn lägger sina öppna händer med insidan nedåt på sina knän, under det han stint riktar sin blick på näsroten hos subjektet och uppmanar detta att stadigt se honom i ögonen samt under inga omständigheter vända bort blicken. Därpå säger han: „Knäpp fast ihop Edra händer, fastare, fastare och ännu allt fastare tillsammans. De äro nu fast hopknäppta; försök huru Ni vill, Ni kan ej öppna dem, ej skilja åt dem."

Dessa satser måste sägas mycket långsamt — med en längre paus mellan hvarje ord — så att det sagda kan inpräglas djupt i subjektets själ. Om den minsta

glimt i subjektets blick gör sig märkbar, är det ett tecken på, att det motstår suggestionen; experimentet afbrytes då genast, och subjektet uppmanas att egna experimentatorn fullständig uppmärksamhet.

* * *

Verkan af den stirrande blicken. — Operatören måste ständigt vara medveten om, att subjektet ej



förmår tänka, så länge dess blick är bunden. Kan subjektet tänka, kan det äfven göra motstånd. Operatören får därför ej tillåta subjektet att hafva några andra tanhar än den, som han ingifver det. Bland de tre utvalda personer, som visat sig emottagliga för dessa experiment, skall experimentatorn finna ingen, som motstår honom. De skola tvärtom, enskildt eller tillsammans, ej kunna

åtskilja sina hopknäppta händer, huru mycket de än anstränga sig.

Detta experiment bör räcka 15—20 sekunder för att tydligt bevisa, att försöket ej är något konstgrepp, och att det verkar så länge, tills experimentatorn befriar subjektet.

* * *

Att gifva efter för inflytandet. — Under det ledaren knäpper med fingrarna, säger han: „Bra, nu kan Ni skilja åt Edra händer, vak upp!“ Verkan af detta experiment förefaller ganska egendomlig, då subjektet vet sig hela tiden hafva varit vid fullt medvetande och likväl alldeles förlorat kontrollen öfver musklerna i sina händer och armar. Detta fenomen är dock lätt förklarligt, då man betänker, att ledaren helt enkelt förhindrat subjektet att göra bruk af förståndet, att han förstått att ingifva subjektet en enda, allt annat beherskande tanke, som ej tillåtit någon annan tanke att uppstå.

* * *

Det rationella i försöket. — Förståndet kan alltid fullt uppfatta blott en sak i sänder, och då konsten att i subjektets själ öfverföra endast en tanke är inlärd, är operatören också i stånd att tillegna sig makten att bryta det motstånd, som subjektet kanske kommer att göra mot den öfverförda tanken. Med andra ord: experimentatorn har vunnit ett inflytande öfver subjektet och tagit det första steget till att blifva en kompetent hypnotisör och en framgångsrik framställare.

* * *

Nyckeln till framgången. — Under förloppet af dessa lektioner måste man ständigt erinra sig, att konsten att få inflytande öfver andra människors förstånd utgör

nyckeln till framgång i alla lefnadsförhållanden. Till och med i händelse man ej vill göra bruk af den makt, man förvärfvar sig genom dessa lektioner som hypnotisör, måste det dock anses som mycket värdefullt att blifva upplyst om, huru man kan utöfva inflytande på personer, man sammanträffar med i sällskaps- och affärslifvet.

* * *

4. Experiment. — Detta experiment får ej försökas, förrän man fullständigt kan utföra de föregående. Det mest emottagliga subjektet utväljes och placeras på en stol, så att dess rygg är vänd mot det öfriga sällskapet.

* * *

Tillslutandet af ögonen. — Operatören ställer sig omedelbart framför subjektet — litet åt sidan — och uppmanar detta att se honom stint in i ögonen. Då subjektet blickat ca. 10 sekunder på experimentatorn, tillsluter denne med sina fingrar subjektets ögon. Operatören lägger nu sin tumme och sitt långfinger på subjektets puls och befaller det att äfven med tillslutna ögon fortsättningsvis bibehålla den samma riktningen i blicken. Han säger därpå mycket långsamt och uttryckligt: „Ni får nu ej ett ögonblick tänka eller göra bruk af Edert förstånd. Använd hela Eder viljekraft och inbillning till att fördjupa Eder i tron på det, jag säger Eder. Så snart jag borttager mina fingrar, skall Ni finna, att Ni ej har makt att öppna Edra ögon. Ni kan ej kontrollera musklerna i Edra ögonlock, och Edra ögon skola förblifva fast tillslutna, ögonlocken kunna ej höja sig". Sedan aflägsnar ledaren långsamt och sakta sina fingrar från subjektets ögon och upprepar ännu en gång densamma suggestionen, i det han ännu tillägger: „Ni kan ej öppna Edra ögon, försök huru mycket Ni

vill; Ni måste hålla ögonen slutna, allt fastare slutna, fullkomligt tillslutna, och de kunna ej mera öppnas."

* * *

Resultatet af den fixa idén. — Subjektet skall förgäfves försöka öppna ögonen, men då tanken, att de äro slutna fast, inpräglat sig i dess själ, har det förlorat kontrollen öfver ögonen och kan ej öppna dem, liksom det i föregående experimentet ej kunde skilja åt händerna. Subjektet må nu anstränga sig till det yttersta, och kanhända lyckas det att efter förloppet af 10 till 12 sekunder verkligt öppna ögonen. Detta försök göres ännu en gång. Då subjektet lyckats öppna ögonen, säger operatören: „Det är mycket bra, Ni har haft mycken svårighet med att öppna Edra ögon, icke sant? Vi skola ännu en gång försöka detsamma, och denna gång blir det Eder omöjligt att öppna dem, förrän jag tillåter det." Detsamma tillvägagåendet som förr upprepas och, efter det subjektet förgäfves försökt öppna ögonen, knäpper operatören med fingrarna och säger: „Så, nu är det tillräckligt, mitt inflytande öfver Eder skall nu upphöra. Ni kan nu kontrollera Eder själf. Vak upp!"

* * *

Huru skall subjektet åter lugnas? — Efter detta experiment, som närmar sig den egentliga hypnotismen, anbefalles ledaren att lägga sina händer på subjektets panna och tala lugnande med det. Det andliga tillstånd, i hvilket experimentatorn numera lyckats försätta subjektet, är fullkomligt tillfredställande. Experimentatorn åstadkommer, och det kan han utan svårighet, att subjektet obetingadt anser honom som en vän. Han skall omsorgsfullt iakttaga att aflägsna allt, som på något sätt kan skada det. I sitt tal skall han uppmuntra subjektet samt visa sig ega endast vänskapliga känslor och fullt

förtroende för det. Han skall då finna, att subjektet lika mycket intresserar sig för dessa experiment, som han själf, och att det från denna stund alltid skall anstränga sig att egna honom den största uppmärksamhet, hvilket redan möjliggör för experimentatorn en stor framgång.

* * *

Omöjligheten af ett misslyckande. — Man må städse påminna sig, att ej ett enda af de här angifna experimenten kan misslyckas, i fall ledaren utväljer det emottagligaste subjektet, och i fall han förstår att i minsta detalj noggrant enligt de gifna anvisningarna utföra det här sagda.

* * *

5. Experiment. — Hittills hafva vi sysselsatt oss med att hålla emot och förhindra muskelverksamheten. Vi komma nu till:

Förbudet att tala. — Vi göra dock nu blott ett litet steg framåt. Det förefaller väl läsaren mycket komiskt, då han hör, att man vill förbjuda en person att tala, eller att man kan förmå en person i vaket tillstånd att glömma sitt eget namn och tillika förhindra honom att uttala det högt. Vi hafva likväl endast att erinra oss det förut sagda, att den mänskliga själen på en gång kan fatta blott en enda allt annat beherskande tanke. Härigenom bör det blifva klart, hvarför detta experiment är lika lätt och kan med samma framgång utföras, som de förra. Man måste likväl nu fästa afseende vid, att detta nya experiment endast kan utföras med de subjekt, som visat sig synnerligt emottagliga, och med hvilka operatören fullt tillfredsställande utfört de andra experimenten.

* * *

Utförandet af försöket. — Subjektet står framför operatören med ryggen vänd mot sällskapet, operatören lägger sina båda händer på sidorna af subjektets hufvud — alldeles på samma sätt som vid „experimentet att falla framåt"; här fordras äfven, att subjektet blickar oafvändt i operatörens ögon, och att denne riktar sin blick på subjektets näsrot. Experimentatorn böjer nu sitt hufvud litet mot subjektets hufvud och säger högt: „Ni måste rikta Eder fulla uppmärksamhet på mig. Ni har glömt Edert namn. Ni kan ej utsäga det. Ni minnes det ej. Ni vet det ej mera. Ni kan ej mera frambringa ett ljud. Ni har alldeles glömt Edert namn." Sedan drager han sin hand tillbaka, tager ett steg bakåt, under det han visar med fingret på subjektets näsrot och upprepar ännu en gång i skarp ton: „Ni kan ej utsäga Edert namn." Experimentatorn låter nu subjektet under 3—4 sekunder försöka uttala namnet, därefter knäpper han med fingarna och säger: „Mycket bra, nu vet Ni Edert namn — hvad heter Ni?", hvarpå subjektet med synbarlig lättnad högt utsäger namnet.

* * *

Han kan hvarken tänka eller tala. — Antagandet, att subjektet vetat sitt namn samt, om det blott velat, kunnat utsäga det, är falskt, ty i föreliggande fall, hvilket jag ofta öfvertygadt mig om, kan subjektet, i händelse försöket blifvit rätt utfördt, hvarken tänka eller tala, oaktadt det synbarligen befinner sig i vaket tillstånd. Det är ju också rätt, att subjektet är vaket, dock är det lika rätt, att dess tillstånd ej är fullt normalt. Subjektet själft tror ju alltid, att dess tillstånd är normalt; men det befinner sig faktiskt i det tillstånd af fullständigt fördjupande, som brukar föregå uppkomsten af hypnos, i fall det handlar om att framkalla hypnos genom experiment utförda i vaket tillstånd.

* * *

6. Experiment. — Detta experiment har en alldeles skild betydelse så till vida, att det visar, att, om ledaren en gång tillegnat sig kontrollen öfver subjektets medvetande i vaket tillstånd, han också förmår att hos subjektet framkalla känselhallucinationer, hvilka, ehuru hållna inom vissa gränser, dock äro egnade att känneteckna hypnotismen såsom ett terapeutiskt hjälpmedel.

* * *

Efterhärmandet af fysiska känslor. — Det är ju tänkbart, att, så snart man genom sin hand kan öfverföra värme åt en person i vaket tillstånd, det också kan vara möjligt att på samma sätt framkalla en motsatt känsla under febertillstånd eller dylikt. Man är då t. ex. vid sjukbädden, till och med om patienten är fullt vaken, i stånd att genom positiv suggestion af kyla och välbefinnande lindra den obehagliga känsla och minska den starka hetta, som framkallas af febern. Jag vill ingalunda här ingå på den terapeutiska hypnotismens gebit, men jag kan ej motstå frestelsen att klargöra för läsaren, huru nära i denna bok den stora uppgiften att skaffa lindring vid sjukbädden beröres, samt i hvilket samband denna bok står till läkekonsten. De i denna inledning omtalade och till fulländning genomförda experimenten behöfva i intet afseende göra anspråk på benämningen „hypnotismen“, och ledaren skall vid experimenten undvika att med sitt subjekt använda detta uttryck.

* * *

Hvad är att göra? — Subjektet sättes af experimentatorn på en stol, så att dess rygg är vänd mot sällskapet. Ledaren står framför subjektet och befaller det att rikta blicken uppåt och se honom in i ögonen. Subjektets armar måste vara slappa, och händerna böra

ligga som döda på knäna. Ledaren säger nu helt långsamt: „Slut Edra ögon och rikta hela Eder uppmärksamhet på Eder högra hand. Så snart jag vidrör denna hand, kommer Ni att hafva en känsla af, att en mängd höggradig värme genom mitt finger öfvergår till den yttre sidan af Eder hand, så att snart hela handen blir het och en brännande känsla uppstår. Ni kommer att känna en stark hetta. Den skall bränna Eder. Eder uppmärksamhet skall fortsättningsvis vara riktad därpå. Handen skall förorsaka Eder svåra plågor.“ Efter att på detta sätt hafva uppväckt subjektets förväntningar, lägger operatören sitt finger lätt på subjektets högra hand och säger högt: „Det bränner. Ni känner hettan. Ni har en känsla af höggradig värme. Det bränner och sticker. Ni bränner Eder. Ni bränner Eder. Subjektet skall ej allenast uttryckligen gifva till känna, att det verkligen känns, som det skulle bränna, utan det kommer äfven att anstränga sig att försöka draga bort sin hand. Då sällskapet varseblifvit verkan af experimentet, knäpper ledaren med fingrarna och utropar: „Bra, vak upp, den brännande känslan har försvunnit!“ Samtidigt tager han mediets högra hand i sina händer och gnider hårdt handens yttre sida.

* * *

En fysiologisk förklaring. — På detta fenomen gifves det en förklaring, som ofta användes af många i det dagliga lifvet. Denna är i korthet följande: „Hvarje fördjupande eller koncentrerande af själen på någon kroppsdel framkallar en sträfvan hos blodet att strömma till denna del.“ Detta fenomen benämnes ledandet af blodet och möjliggöres därigenom, att man fortsatt riktar sin fulla uppmärksamhet på känslan af hetta t. ex. i fötterna. Obehaget af kalla fötter kan genom detta enkla medel — makten af en fördjupad uppmärksamhet — upphäfvas. Ledandet af blodet är kanhända ett af de

förnämsta bevis på, att förståndskraften utöfvar herravälde öfver kroppen, då endast tanken allena här kan förändra riktningen. i blodcirkulationen.

* * *

Basen för läkedomen. — Det är äfven detta välbekanta fysiologiska faktum, som bildar basen för den på hypnotismen och kunskap om själen grundade läkekonsten, som t. ex. „Christian Science“ och autosuggestionen. Härmed besitta vi således det bästa beviset för påståendet, att läran om hypnotismen bringar till lärjungens kännedom fakta, hvilka angå den i hvarje människa inneboende läkekraften och hänvisa på tankens makt öfver blodcirkulationen. I det föregående hafva för läsaren framställts sex experiment, hvilka taga i anspråk hans fulla uppmärksamhet och hvilka noga genomtänkta också måste blifva uppfattade.

* * *

Några ord till varning. — Ni skall ej genast berätta åt den första bästa eller åt Edra vänner om Edra försök. Ja, Ni får ej säga någonting åt Edra vänner, ty för det mesta äro dessa benägna att visa Eder mindre hänsyn, än åt en främmande. Studera hällre de här gifna anvisningarna riktigt ingående och med stor omsorg och kom alltid ihåg, att dessa fenomen endast då kunna framställas och aldrig misslyckas, om Ni försöker framkalla dem under de här angifna vilkoren. De skola då så säkert uppenbara sig, som två gånger två är fyra, emedan de grunda sig på lagen om orsak och verkan. Om en bestämd orsak är gifven, kan den logiska följden ej uteblifva, och i själfva verket bildar hypnotismen — huru mycket än dens yttre fenomen kunna uppväcka förvåning — det studium, hvars verkningar grunda sig på oföränderlig logik. Intet af de fenomen, som stå i förbindelse med hypnotismen, är irrationellt eller ologiskt.

Det är tvärtom det mest framstående studium i världen, studium af lefvande fakta.

Slutsats.

Den genom de föregående experimenten vunna erfarenheten skall väcka läsarens förtroende, den är lätt att vinna och banar vägen för uppfattningen af hypnotismens grundsatser. Efter några utförda experiment kan man vara säker på att hafva utbildat ett eller flere subjekt, hvilka man lugnt kan göra bekanta med tillgången vid hypnotismen, såsom den angifves i de här återgifna lektionerna, och man kan för kritiska åskådare uppföra föreställningar, hvilka skola göra ett djupt intryck. Det är ej att rekommendera att utsätta nya subjekt för kritik, förrän experimentatorn blifvit en väl erfaren hypnotisör. Närvaron af kritisk publik har alltid på såväl operatören som subjektet ett visst inflytande; bådas hela intresse och uppmärksamhet måste vara riktade på att förskaffa sig de bästa betingelser för arbetet, och isynnerhet måste subjektet med fast vilja afvisa hvarje tvifvel och hvarje andlig analys.

Då ledaren sedan genom en rätt behandling af subjekten samlat erfarenheter och förstår att fullständigt underordna sig subjekten, skall han omedvetet förvärfva sig det så kallade „knepet", hvilket vid ett rätt tillvägagående kommer af sig själft och förskaffar en säker framgång. Ledaren skall sedan finna, att framgången med såväl nya som gamla väl pröfvade subjekt tilltager i proportion med de gjorda framstegen.

I LEKTIONEN.

Hypnotismen som funktion i människolifvet. — Ändamålet med denna kurs. — Denna kurs' fullständighet. — Den uråldriga makten. — Hvar och en har förmåga att lära sig använda denna makt. — Betydelsen af en djup hypnos. — Värdet af upphöjda bevekelsegrunder i de psykiska forskningarna.

Hypnotismen som funktion i människolifvet. — Studium af hypnotismen är detsamma som studium af själfva den mänskliga naturen. Så länge det finnes på jorden människor, som kunna ledas, och sådana, som måste ledas, starka och svaga, beroende och oberoende, skall hypnotismen alltid utgöra en välgärning för mänskligheten. Jag hyser med allvar den förhoppningen, att uppväckandet af allmänt intresse för denna vetenskap, som mer eller mindre kännetecknar slutet af det sista århundradet, skall åstadkomma en bättre uppfattning af de välgärningar, som genom en rätt användning af hypnotismen komma mänskligheten till godo, och att kännedomen om hypnotismens välgörande inflytande allt mera skall utbreda sig.

* * *

Ändamålet med denna kurs. — Denna utförliga följd af lektioner har till ändamål att icke allenast sätta lärjungen i stånd att lära sig hypnotisera rätt, utan att äfven någorlunda bibringa honom begreppet om de stora grundsatser, hvilka bekräfta tillvaron af denna konst eller rättare sagdt makt.

Vid studium af många offentliggjorda verk öfver hypnotismen och med den besläktade vetenskaper syntes det mig, som om författarena mindre brytt sig om de

storartade möjligheter, som måste följa på tillämpningen af dessa vetenskaper, och mycket mera varit medvetna om den färdighet, med hvilken de i många fall voro i tillfälle att framkalla djup hypnos. I själfva verket finnes det ingen hemlighet mer i produktionen af hypnos, men hypnotismens verkningar och resultat måste alltid medföra allt större och större under.

* * *

Denna kurs' fullständighet. — Inom förloppet af dessa lektioner skall det visa sig, hvilket resultat forntida sakkunniga uppnådde, och att det säkert är klokt att ända till en viss grad följa i deras fotspår, understödd likväl af den klara belysning, som den moderna psykologin har spridt öfver så många tidigare oförklarliga experiment. Att öda tid på en afhandling om hypnotismens historie är sannerligen ej nödigt; hvarje öfver detta ämne hittills skrifna bok beskrifver denna vetenskaps historie, och lärjungen kan ur dessa böcker sammanleta allt, som han önskar veta om framgången hos dem, som först upptäckte denna vetenskap, samt först gifva den namnet „mesmerismen“ och sedan döpa den till „hypnotismen“.

* * *

Den uråldriga makten. — Under hvilket namn denna vetenskap än må uppträda i våra dagar, är det dock alltid fråga om samma urgamla makt. Det är enahanda, om vi kalla den mesmerismen, hypnotismen, elektro-biologi eller statuvolenz, vi hafva städse att göra med samma uråldriga makt — själens makt öfver kroppen. Jag har själf ur olika källor utforskat metoderna för hypnotismen och jag tror ej, att jag misstager mig, då jag påstår, att ej någon lärjunge, som med ifver studerar dessa lektioner, skall känna sig oförmögen att framgångsrikt tillämpa flere af dessa metoder. Min afsikt är

att för läsaren hålla föredrag om själfva hypnotiserandet och att bibringa honom denna konst.

* * *

Hvar och en har förmåga att lära sig använda denna makt. — Det gifves ingen människa, naturligtvis förutsatt, att hon förstår rätt uppfatta det här nedskrifna, som ej vore i stånd att ur föreliggande bok lära sig allt det, som hon i en skola öfver suggestiv terapeutik kunde inhämta. Alla punkter i denna vetenskap skola här tydliggöras, och den praktiska sidan skall beaktas. Jag utgår från det antagande, att läsaren så att säga ej alls vet någonting om suggestion, hypnotism, mesmerism, clairvoyance och suggestiv terapeutik, och jag hoppas kunna vinna läsarens öfvertygelse ända från de elementara bevisen till de mest komplicerade. Våra moderna forskare hafva alldeles för mycket sysselsatt sig med hvad de kalla suggestion eller suggestiv terapeutik och hafva därvid enligt min åsikt i grund förbisett den utomordentligt stora betydelsen af den djupa sömnen, som måste känneteckna den sanna hypnotismen.

* * *

Betydelsen af en djup hypnos. — I den föreliggande kursen vill jag bemöda mig om att öfvertyga läsaren om vikten af att alltid leda subjektet ända fram till hypnosens djupaste hemligheter, och jag väntar mig af honom, att han städse skall vinnlägga sig om att hos subjektet frambringa en allt djupare och djupare sömn. I äldre tiders författares verk öfver mesmerismen finnas vissa exempel på den af somnanbulismen påverkade clairvoyancen, som ej nu för tiden mera förekommer, hvilket enligt min åsikt beror därpå, att de nuvarande ledarena äro allt för lätt tillfredställda och anse sig hafva uppnått målet redan vid hypnosens första stadier. De visa för liten ståndaktighet för att kunna uppnå ett mål med djupare betingelser. En annan orsak till framgång

hos hypnotisöserna i äldre tider kan ej nog framhållas. Dessa voro nästan alla män med den högsta moral. De utöfvade på sådant sätt sitt inflytande, att detta inflytande lätt emottogs af deras lärjungar. De kunde mången gång med endast några ord framkalla en fullständig passivitet hos de personer, de behandlade. Renheten i deras motiv och deras goda afsikter gåfvo sig tillkänna i hela deras väsen och hade på de personer, hvilka behandlades, en omedelbar verkan att lugna upprörda sinnen och känsliga nerver.

* * *

Värdet af upphöjda bevekelsegrunder i de psykiska forskningarna. — Jag måste beteckna det som ett obestridt faktum att, ju ädlare operatörens motiv äro, desto större är i allmänhet hans framgång. Många personer bedrifva hypnotismen af oädla bevekelsegrunder och kunna dock uppnå en viss grad af framgång, men till den höjdpunkt af framgång, som de, hvilka med rent sinne och utan biafsikter utöfva denna konst, komma de aldrig. Jag nämner ännu som fastställdt, att de, hvilka endast hafva för afsikt att tillfredsställa sin nyfikenhet i att beherska hypnotiska konstgrepp, ej skola räkna på något lönande resultat. En sådan lön är endast beskärd åt den, som verkligt medels psykologin egnar sig åt allvarliga forskningar af denna höga sanning.

II LEKTIONEN.

Den muntliga suggestionens metod. — Tillvägagåendet enligt Liebeault. — Hvad för ett ändamål har denna metod? — Sömnsuggestionen. — Den andra behandlingen. — Följden af den andra behandlingen. — Minnet kan förledas till suggestion.

Den muntliga suggestionens metod. — I denna andra lektion vilja vi taga i betraktande den i våra dagar af hypnotisörer mest använda metoden, såsom den först offentliggjordes af en lärd, Dr. Liebeault i skolan i Nancy (Frankrike). Han kallade denna metod „suggestion genom talandet", och hans åskådningsätt, åsikter och erfarenheter utgåfvos sedan af en af hans lärjungar Dr. Bernheim i ett verk med titeln „Suggestionen och dens verkan som läkemedel" (suggestive terapeutik). Låtom oss för en stund tänka oss, att vi följa med Dr. Liebeaults tillvägagående, då han uppsökes af en patient, som lider af någon nervös åkomma och som vill låta honom bota sig medels hypnotismen. Doktorn tager patientens hand och ställer till honom flere frågor. Då den sjuke försäkrat, att han för närvarande har svåra smärtor i hufvudet, beder doktorn honom taga plats i en bekväm stol.

* * *

Tillvägagåendet enligt Liebeault. — Doktorn står framför patienten och lägger sin vänstra hand lätt på hans hufvud. Två af sin högra hands fingrar håller han framför patienten ca. 30 cm upplyftade från dennes ögon, så att patienten måste anstränga sig litet, då han

för att tydligt varseblifva de två fingrarna blickar uppåt. Doktorn säger nu tämligen entonigt: „Detta tillvägagående innebär ingenting, som kan förskräcka Eder. Enligt Eder egen och min önskan skall nu i Eder själ utföras några förändringar, sådana som vanligen försiggå hos Eder hvarje natt. Ni kommer nämligen att från den



aktiva, vakna verksamheten öfvergå i ett medvetet, sömnlikt tillstånd, i hvilket Ni nog hör, men ej fäster någon synnerligt vikt vid det, man säger Eder. Tillika hyser Ni motvilja för alla frivilliga rörelser. Från denna halfslummer faller Ni i en vanlig sömn, som ej skiljer sig från den, Ni åtnjuter under natten, och om det, som försiggår omkring Eder, har Ni ej någon rätt föreställning.

Så snart jag önskar det, skall Ni vakna ur denna sömn och känna Eder betydligt uppfriskad och stärkt samt märka, att Edra smärtor äro försvunna.“ Under det doktorn talar sålunde, tecknar han långsamt med sina båda fingrar framför patientens panna nedåt under ögonen en cirkel af vidpass 30 cms omfång. Denna kretsformiga rörelse fortsätter han under ca. 5 minuter, medan patienten med ögonen uppmärksamt följer rörelsen. De till patienten riktade orden uttalar doktorn lugnt och sansadt.

* * *

Hvad för ett ändamål har denna metod? — Denna metod har till ändamål att lugna patientens nerver, att befria honom från hvarje känsla af ångest för den följande för honom något mystiska behandlingen och att göra det för honom så bekvämt och angenämt som möjligt. Ändamålet är äfven, att genom koncentrerandet af patientens uppmärksamhet på den beskrifna enkla fingerrörelsen, göra i den sjukes hjärna den behagliga afmattning gällande, hvilken vanligen följer på ett andligt fördjupande i någon angenäm och ej uppeggande uppgift. Sömnen bemäktigar sig snart patienten, under det doktorns röst ljuder allt mer lugnande och entonig.

* * *

Sömnsuggestion. — Doktorn säger nu: „Edra ögonlock börja kännas tunga; Ni blir sömnig; Ni har en känsla af att hvarje rörelse förefaller Eder besvärlig; buller omkring Eder har ingen inverkan på Eder, blodet drager sig småningom bort från extremiteterna; Edert hjärta slår långsammare; Eder puls aftager; Ni andas friare, lugnare och Ni öfvergår efterhand långsamt i en hälsosam sömn.“ Efter några sekunders uppehåll fortsätter doktorn med ännu lugnare röst: „Slut ögonen

och sof“, hvarvid han samtidigt lägger sina händer lätt på patientens ögonlock. Sedan tillägger han: „Om Ni förblir lugn, är allt bra; Edra smärtor minskas småningom. Inom några ögonblick befinner Ni Eder i en sund sömn och, när Ni vaknar, hafva smärtorna alldeles försvunnit. Sof lugnt ännu; ingen skall störa Eder, tills jag återkommer.“ Nu lämnar doktorn den sjuke 10—15 minuter allena, och när han återvänder, finner han vanligtvis sin patient i ett tillstånd af lätt sömn, hvarvid hufvudvärken starkt minskats eller också alldeles upphört. Doktorn meddelar nu patienten, att denne vid behandlingen nästa dag mycket lättare kommer att från halfslummern öfvergå i det hälsomma sömntillståndet, och att sömnen då blir mycket djupare än den första gången. Han underrättar äfven den sjuke om, att denne efter att flere gånger hafva blifvit behandlad icke allenast blir fri från smärtorna, utan att verbalsuggestionen (suggestion genom talandet) äfven fullständigt skall förhindra deras återkomst. Detta är den metod, som i Frankrike oförändradt följes vid behandlingen of en ny patient. Härvid är det ej tal om emottagandet af hypnotiskt inflytande; inga långa undersökningsförsök göras för att utröna, om patienten är någorlunda mottaglig för inflytandet eller ej; allt syftar på att göra den sjuke trygg och att obetingadt lugna hans själ.

* * *

Den andra behandlingen. — När patienten sedan för anda gången återkommer, sätter han sig tillitsfullt på den tillreds stående stolen och tänker ej på följderna; han skall jämförelsevis fortare hörsamma och gifva vika för doktorns suggestion, som bemäktigar sig honom allt djupare och djupare. Då doktorn bragt patienten i det förut omtalade tillståndet af halfslummer, säger han ungefär följande: „Ni finner säkert, att Edra ögon blifva

mycket svaga, och att Ni ej förmår öppna dem.“ Han lägger härvid sin hand lätt på patientens ögonlock och fortsätter: „Edra ögon äro nu fast slutna och Ni är ur stånd att öppna dem.“ Den sjuke försöker nu förgäfves att öppna ögonen och, i det han matt småler, uppger han kanhända försöket och återfaller i halfslummern. Doktorn säger då: „Allt är i ordning, Edra ögon äro fast slutna, och Ni har ej mera makt att öppna dem. Ni öfvergår nu i ett tillstånd af djup sömn. När Ni vaknar, kan Ni ej minnas någonting af det, som händt under tiden. Edert minne skall för denna tid alldeles försvinna. Ni kommer endast att vara medveten om det faktum, att Ni sofvit djupt och fast och att Ni därigenom vunnit en stor fördel för Edert hälsotillstånd.“ Den sjuke lämnas nu, som tidigare, allena, och då doktorn efter ca 15 minuter återkommer i rummet, stryker han med sin hand lätt tvärs öfver patientens panna och säger.

* * *

Följden af den andra behandlingen. — „Ni har hvilat ut tillräckligt och vederkvickt Eder genom sömnen. Nu skall Ni ej mera känna några smärtor i hufvudet. Eder andliga kraft skall efter denna sömn verka starkare och lifaktigare. Ni kommer att vakna, så snart jag räknat till tre. När jag framdeles för Eder egen fördels skull önskar hypnotisera Eder, skall Ni genast falla i en djup sömn. Nu väcker jag Eder helt lugnt, utan att Ni det ringaste blir förskräckt; „ett, två, tre — vaken!“ Så fort doktorn uttalat talet tre, öppnar patienten ögonen och intygar, att han känner hvarken smärtor eller någon oangenäm känsla.

* * *

Minnet kan förledas till suggestion. — Den sjuke ser sig nu kanhända häpen omkring, såsom en,

som plötsligt blifvit uppväckt ur djup sömn; han har ej det aflägsnaste minne af det, man talat till honom, från det ögonblick han slöt ögonen tills nu. Såsom man ser, besitter denne sjuke redan alla de betingelser, som äro nödvändiga för att försätta honom i ett djupt hypnotiskt tillstånd. Här måste vi dock för denna gång tills vidare lämna skolans i Nancy metod.

III LEKTIONEN.

Mesmerismen. — Den auktoritative ledaren af försöket. — Mesmerismens metod. — Användandet af den långa bestrykningen. — Huru igenkännes den magnetiska sömnen?

Mesmerismen. — Vi skola nu sysselsätta oss med lärarnes i gamla tiden metoder att magnetisera. De kallade sig själfva „magnetisörer“, vi vilja dock anföra deras direktiv i undervisande form. Framför allt måste för detta experiment utväljas ett subjekt, som är yngre än ledaren; det får likväl ej vara någon person, som redan en längre tid vistats i ledarens närhet eller som bor i samma familj som han, så att dem emellan redan råder en viss förtrolighet.

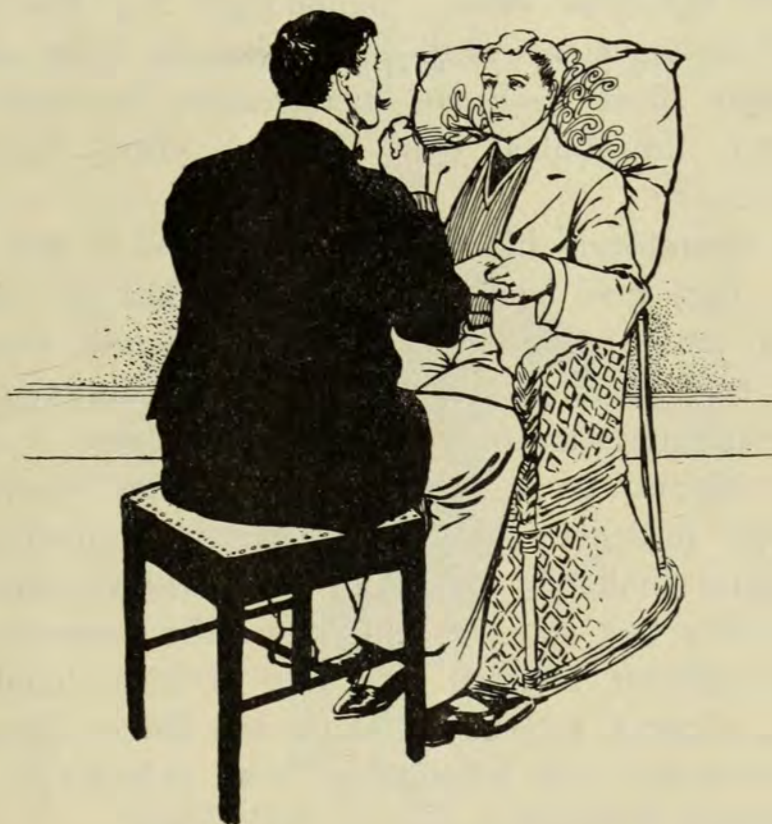
* * *

Den auktoritative ledaren af försöket. — För att genast från början kunna räkna på framgång skall en person, som vanligen är van att underordna sig ledaren, utväljas, ty det hufvudsakliga grundvilkoret för mesmerismens framgång står att söka i subjektets lydnad mot ledaren. Äfven befordrar det mesmerismen väsentligt, om subjektet ej befinner sig fysiskt riktigt väl och anser mesmerismen som ett medel att befria det från sjukdomen.

* * *

Mesmerismens metod. — Patienten sättes i en bekväm stol, och magnetisören sätter sig omedelbart framför honom; magnetisörens ögon böra befinna sig i

en litet högre nivå än den sjukes. Patienten skall sitta fullkomligt bekvämt; i nödfall placerar man dynor bakom hans hufvud, på det att han utan den ringaste kroppsansträngning må kunna förblifva i sittande ställning. Ledaren tager nu den sjukes vänstra hand i sin högra, och dennes högra hand i sin vänstra, i det han böjer sig ca. 30 cm mot den sjukes ansikte. Patienten an-



befalles nu att oupphörligt blicka in i ett af ledarens ögon och tillsäges uttryckligt att ej för ett ögonblick vända bort blicken och ej blinka med ögonen, förrän nödvändigheten det fordrar. Läraren säger nu till patienten följande: „Ni skall snart känna ett stickande i Edra händer, under det jag håller dem i mina; detta stickande utbreder sig till Eder arm, sedan stiger det i Edra skuldror och småningom sprider det sig som en smygande känsla af domning öfver hela kroppen. Ni

får ej känna Eder det minsta generad af hvad Ni än må erfara och aldrig förvåna Eder öfver förefallande omständigheter. Ingen skada skall tillfogas Eder; Ni kan hafva fullt förtroende till mig. Då Ni ej mera förmår hålla upp ögonen och ej mera kan rikta blicken på mitt öga, bör Ni tillsluta ögonen; Ni kommer ej mer att kunna öppna dem. Ni faller sedan i en djup sömn, hela Eder kropp blir varm och en känsla af värme, som liknar en elektrisk ström, bemäktigar sig Eder. När Ni tillslutit ögonen, skall jag behandla Eder med bestrykningar öfver kroppen, hvarigenom det magnetiska inflytandet fördubblas och fördelas jämt öfver hela kroppen".

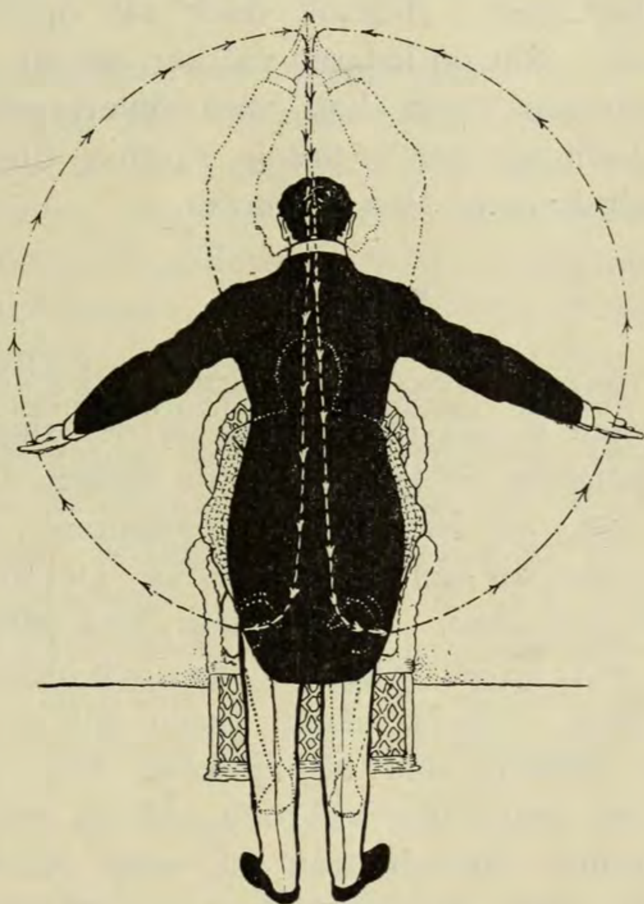
Då operatören håller patientens hand i sin, är det bra, att han med sin tumme trycker lätt på den yttre sidan af patientens hand och omväxlande ökar och minskar trycket, under det tummen fortsättningsvis förblir mellan patientens andra och tredje fingerled.

Ett sådant tryck utöfvar en alldeles egendomlig värkan på patienten och riktar samtidigt dennes uppmärksamhet ihållande på det, som förehafves med hans händer. När den sjuke ej mer kan hålla ögonen öppna, skall operatören lösgöra den ena af sina händer och med sina fingrar alldeles tillsluta den sjukes ögon samt tillropa honom: „Gif fullständigt vika och sof!" Härpå kan patienten behandlas med bestrykningar.

* * *

Användandet af den långa bestrykningen. — Ledaren uppstiger nu och begynner bestrykningen. Han håller sina båda händer öfver den sjukes hufvud, så att fingerspetsarna befinna sig ca. 5 cm från dennes ansikte. Långsamt bestryker han med sina händer den sjukes kropp ända ned till knäna. Sedan sträcker han ut åt båda sidorna sina händer med insidan af handen

uppåt och för händerna tillsammans ofvanom sitt eget hufvud. Därpå börjar han för andra gången bestrykningen långsamt från patientens hufvud ned till dennes knän. Denna behandling varar ca. 10 minuter. Upplyftar ledaren nu en af den sjukes armar, så förblifver den sannolikt i denna ställning. Faller armen däremot ned, måste de långa bestrykningarna under 5 minuter



upprepas på samma sätt som förr, hvarefter den sjuke sannolikt blir försatt i det tillstånd, som är kändt under benämningen „rapport", d. v. s. att han mer eller mindre befinner sig under magnetiskt inflytande.

Ledaren skall nu ej mera försöka upplyfta den sjukes hand, emedan den sjuke kanhända hör till de subjekt, som hafva en letargisk natur och aldrig kunna

försättas i ett kataleptiskt tillstånd. De här använda uttrycken förklaras sedan längre fram. Ledaren säger nu helt lugnt: „Ni öfvergår nu i ett af magnetismen framkalladt tillstånd, Ni kommer att vara medveten om hvar Ni befinner Eder, men Ni skall ej vara i stånd att kunna öppna ögonen.“ Efter några ögonblicks paus fortsätter han: „Ni kan ej öppna Edra ögon, om Ni också försöker att öppna dem.“ Efter ännu ett uppehåll säger han slutligen: „Försök dock att öppna ögonen, Ni kan det ej!“ När nu ledaren märker, att alla patientens försök misslyckas, kan han vara öfvertygad om, att den sjuke befinner sig i precis samma tillstånd, som Dr. Liebeault försatte sina patienter.

* * *

Huru igenkännes den magnestiska sömnen? — I fall patienten ej alls rör sig och ej det ringaste följer ledarens uppmaning att försöka öppna ögonen, kan ledaren vara säker på, att han försatt patienten i en djupare magnetisk sömn, än han hade för afsikt. Det är då bäst att ej alls störa patienten. Ledaren kan dock tilltala honom på följande sätt: „Sof riktigt djupt och dröm om, att Ni gör en resa, som är många tusen mil lång, och att Ni besöker ställen, som Ni ej känt förr. Låt Eder själ sväfva så långt den vill och, då Ni sedan vaknar efter en timme, räknadt från nu, skall Ni berätta för mig, hvar Ni varit och hvad Ni sett, ty vid uppvaknandet skall allt vara tydligt och klart inprägladt i Eder själ. Sof nu ännu en timme och vakna sedan af Eder själf!“ Vi lämna nu äfven patienten.

IV LEKTIONEN.

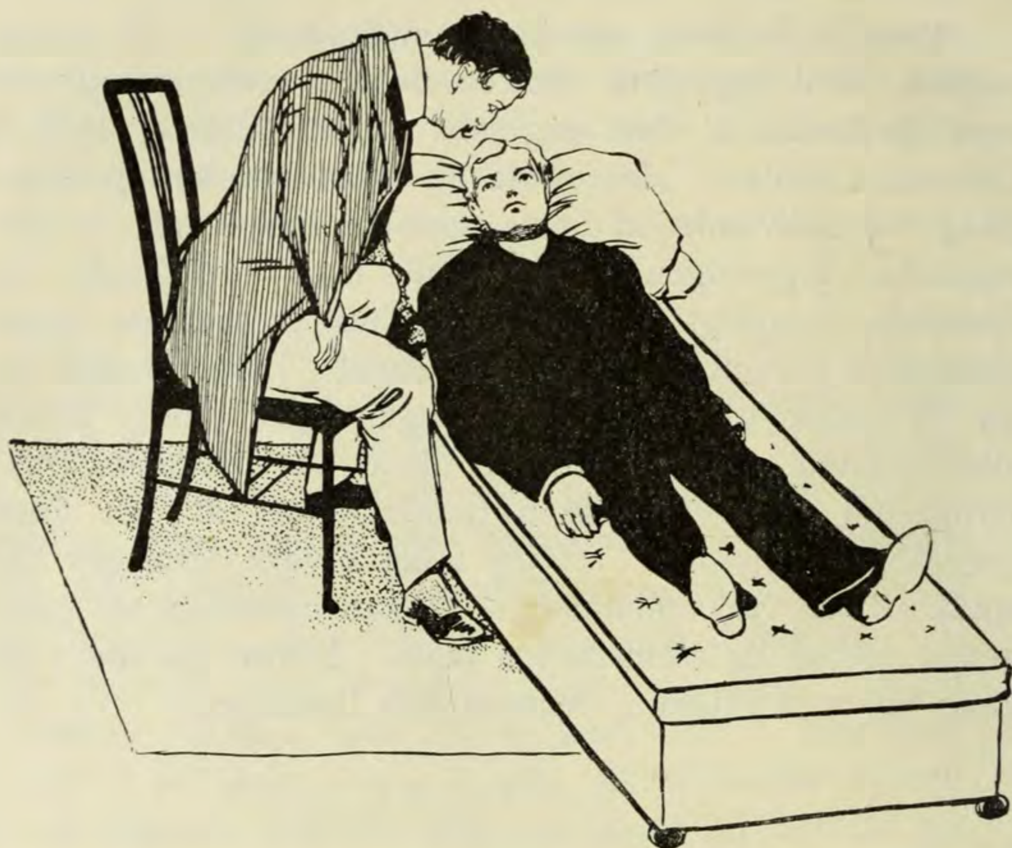
Den i Indien använda metoden. — Huru skall man gå till väga för att genom detta medel framkalla sömn? — I detta fall får man ej experimentera.

Den i Indien använda metoden. — I denna lektion skall jag göra läsaren bekant med den metod, som användas af den engelska dr. Esdaile år 1847 i Calcutta i Indien. Han rönte en så utomordentlig framgång vid utöfvandet af denna metod i hospitalet, att den engelska regeringen ställde till hans förfogande ett särskildt, lämpligt etablissement, uti hvilket de sjuke behandlas genom mesmerisk anestesi. Denna metod är nu för tiden glömd och har egentligen aldrig blifvit allmänt känd. Resultaten voro likväl så förvånansvärda, isynnerhet med afseende å framkallandet af den mest djupgående hypnosen, att jag i detta verk, som gör anspråk på att vara fullständigt, ej kan underlåta att gifva denna metod en framstående plats. Låtom oss ännu en gång upptaga rollen af ledaren och lärjungen.

* * *

Huru skall man gå till väga för att genom detta medel framkalla sömn? — Det fordras härtill en bädd, där hufvudgärden ej får vara mer än 15 cm högre än själfva bädden. Den sjuke sträcker ut sig i hela sin längd på bädden och doktorn sätter sig på en stol vid hufvudgärden. Doktorn böjer nu sitt hufvud mot patienten, så att denne ej har någon svårighet att stadigt rikta sin blick på hans ögon. Jag vill uttrycka mig ännu tydligare; i föreliggande fall får det ej kosta

patienten den minsta ansträgning att blicka in i läkarens ögon. Doktorn böjer sig mer och mer öfver patienten, tills hans ansikte befinner sig 12—15 cm från patientens. Läkaren fängslar nu den sjuke fullständigt med blicken, medan denne stirrar honom i ögonen. Läkaren får ej yttra ett ord. Både inne och utanför rummet får ej det minsta buller förekomma. I denna



ställning kvarblifver läkaren, om det är nödvändigt, under 1—2 timmar, och han skall hela tiden fasthålla den tanken, att patienten måste insomna. Inom en half timme eller ännu tidigare börjar patienten blinka med ögonen, men blott ett enda ord af läkaren fängslar ånyo hans uppmärksamhet, och han försöker upprepadt att hålla ögonen öppna. Dessa bemödanden skola emellertid

småningom upphöra, och då känslan af trötthet så utvecklat sig hos patienten, att han ej längre kan motstå sömnlusten, sluta sig hans ögon fullständigt.

* * *

I detta fall får man ej experimentera. — Då man en gång lyckats utföra denna metod, är det ej alls nödigt att med patienten anställa något experiment för att utröna, om han befinner sig i ett hypnotiskt tillstånd eller ej. Förutsatt att patienten ej med uppsåt bedrager den, som vill hjälpa honom, skall denna metod alltid följas af framgång och vara af stor nytta för djupare stadier af hypnos. Experiment få i detta fall absolut ej göras. Patienten befinner sig åter igen, såsom vi i de föregående lektionerna sett, i den magnetiska sömnens tillstånd.

V LEKTIONEN.

Hypnotiserande af ett antal personer. — Förberedande förklaringar. — Symptomens iakttagande. — Sömnens idé att suggerera. — Uppväcka sällskapet. — De från deras utsago dragna slutsatserna.

Hypnotiserande af ett antal personer. — De tre förut omtalade metoderna måste nu fasthållas i anden; likväl skall en fjärde, äfvenså för sig från andra afskild metod nu närmare här behandlas. 8 till 10 personer må härtill samlas i ett rum och hvarje enskild försöka att stirrande rikta sin blick på ett glänsande föremål; exempelvis kan ett större silfverstycke i hvarje persons toma hand tjäna härtill. Alla tecken till sorglöshet ibland de deltagande måste härvid skjutas å sido; man klargör för Eder att det är fråga om en fullkomligt allvarlig undersökning af psykiska fenomen och framlägger för Eder, att hvarje benägenhet till gyckel endast kan hafva den värkan att uppskjuta längre fram de förväntade resultaten och att de uti experimentet deltagande personernas uppmärksamhet skulle lida däraf.

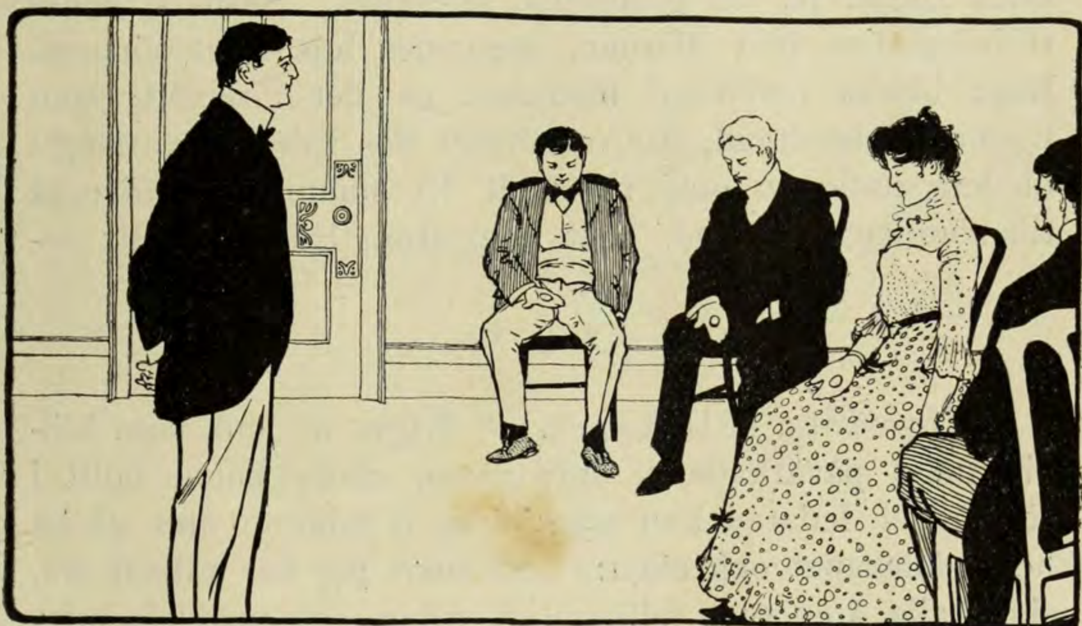
* * *

Förberedande förklaringar. — Experimentatorn har närmast att meddela sällskapet uti ett upplysande företal, att det icke ligger i hans afsikt att plåga Eder med verbalsuggestioner under sittningen, men att likväl det glänsande föremålet skall fördunklas och blifva otydligt vid fortsatt stirrande betraktande, och Edra ögon alltmer skola sluta sig. En allmän känsla af svårmod ock sömnaktighet skall alltmer göra sig gällande, och

under det att sällskapet nu med all kraft hänger sig åt utförandet af den mycket enkla, åt dem meddelade befallningen, står ledaren framför dem och betraktar dem med största uppmärksamhet.

* * *

Iakttagandet af symptomen. — Ledaren kommer att se den enas eller andras af de närvarande personerna hufvud sjunka; några skola måhända nucka, andra skola låta sin blick vandra för att betrakta dem, hvilka blifvit



Sällskaps hypnotiserande.

synnerligen angripna af inflytandet; likväl måste ledaren bemöda sig om att tillbakahålla hvarje tecken eller till och med hviskningar och tal emellan de deltagande, emedan sådana otillbörligheter vore egnade att väcka de allvarligare subjekten.

* * *

Idén med sömnen att suggerera. — Så snart operatören har iakttagit, att två eller tre af de närvarande blifvit i hufvudsak påvärkade af inflytandet, går han

alldeles lugnt till dem och talar med låg röst, utan att lösrycka dem från det drömtillstånd, uti hvilket de själf hafva försatt sig, ord, hvilka äro egnade att framkalla hos dem föreställning om sömn, ungefär som följer: „Under det att Ni stirrande riktar Eder blick på det glänsande föremålet i Edra händer, har Ni till en del tillbakahållit tillströmmandet af blod till Eder hjärna, så att Ni numera känner Eder sömnig och icke mera kan afvisa från Eder behofvet af sömn. Detta sömnbegär skall förökas och fördjupas, om Ni endast bibehåller Eder blick riktad på det glänsande föremålet. Såsnart blodet tillbakahålles från hjärnan, begynner hos Eder sömnen. Eder blicks oaflåtliga fixerande på det föremålt, som ligger i Eder hand, har frambragt hos Eder omväxling i blodcirculationen och nu skall Ni småningom öfvergå till sömnens tillstånd. Låt intet störa Eder häruti!“ —

* * *

Uppväcka sällskapet. — Några af dem, som blifvit mest påvärkade af inflytelsen, skola hafva fallit i sömn, och ledaren kan efter cirka 5 minuter åter väcka hela sällskapet och säga: „Så snart jag har räknat tre, skola alla åter vara fullkomligt vakna och meddela mig, i hvilken grad och huru starkt Ni varit påvärkade af inflytelsen. När då experimentatorn räknar ett, två, tre skola alla närvarande öppna ögonen och berätta sina iakttagelser.

* * *

De från deras utsago dragna slutsatserna. — Några skola säga operatören, att de icke hafva försport något, icke ens en prick, några skola medgifva, att de varit sofvande; andra åter, att de djupt hade somnat. De första hafva icke följt anordningen, att icke låta sina blickar irra omkring; den andra kategorin blef

utan tvifvel påvärkad af inflytandet och skulle vid upprepadt försök äfven hafva fallit i sömn; men de senare äro egnade att leverera goda subjekt och om dessa kan man först med rätta säga, att de uppnådde samma tillstånd, och denna gång på ett själfmedfördt sätt, som var intaget af de förra experimentens lämpliga försökspersoner, om äfven med fullständigt andra hjälpmedel.

VI LEKTIONEN.

De för en god hypnotisör erforderliga egenskaperna. — Könsfrågan tages icke i betraktande. — Hvad hypnotism egentligen är. — Makten att hypnotisera. — Det riktiga antagandets vikt. — Den mäktiga blickens utveckling.

De för en god hypnotisör erforderliga egenskaperna. — I föregående lektioner blefvo 4 olika former beskrifna för hypnosens genomförande; desamma måste anses såsom fundament för ett stort antal olika, ännu följande metoder; likväl kan ledaren välja den, som mest motsvarar hans egen natur och tillför det bästa resultat. För att närmare belysa dessa metoder, måste vi likväl känneteckna de egenskaper, som en god hypnotisör måste äga.

* * *

Könsfrågan tages icke i betraktande. — Om äfven i denna afhandling, då det är fråga om ledare och försöksperson, alltid talas om manligt kön, är det likväl välbekannt, att kvinliga personer likaväl kunna vara goda hypnotister och lika lätt, som män, vara tillgängliga för inflytande; de äro likväl icke lättare att behandla än dessa för att blifva goda subjekt, såsom mången gång antages. Min erfarenhet går ut på, att båda könen, såväl män som kvinnor, med hänsyn till hypnotisk mottaglighet för inflytande, nästan äro lika egnade, och man kan väl säga, att ingendera af de båda könen förtjenar ett särskildt företräde i denna riktning. En god hypnotisör måste vara behaglig i sitt uppträdande och ren i sin uppenbarelse och fullkomligt lugnt hängifva sig åt sin uppgift; utmanande språk och åtbörder äro absolut

otillåtna. Han måste beflita sig om att värka höflig och öfvertalande, ehuru han måste antaga den befallandes roll, såväl beträffande röst, som uppträdande.

* * *

Hvad hypnotism egentligen är. — Konsten i att hypnotisera består egentligen endast i konsten att göra intryck på en annan persons hjärna. För att framkalla det senare möjligast djupt och varaktigt, måste operatören noga taga sig i akt, att icke vara efterlåten, hvarken emot sig själf eller emot andra personer, att icke visa någon förtrolighet eller att inleda ett förtroligt umgänge med försökspersonen eller den sjuka. Intet undantag är tillåtet från denna regel.

* * *

Makten att hypnotisera. — Makten att hypnotisera vare förklarad med: „att framkalla hos andra personer aktning och lydnad, att ingjuta respekt och foglighet“. På denna grund och då en läkares ställning förlänar rättigheten att befalla, skall denne helt visst leverera en god hypnotist, likväl kunna nu omnämnda egenskaper förvärfvas äfven af andra personer, såsom uppförandets fasthet och beherskningsfullt uppträdande, som äro nödvändiga för framgång, förutsatt, att de studera denna kurs och förvärfva erfarenheter i saken.

* * *

Det riktiga antagandets vikt. — Det i början antagna slaget och sättet blifva senare alldeles naturliga och till och med i det fall, att den ifrågavarande skulle sätta litet eller intet förtroende till sig själf, blir det dock nödvändigt att ådagalägga ett sådant förtroende i uppträdande och uppförande gentemot försökspersonen. Man skall själf förvånas, då man varseblir, att allt hvad

man säger, kommer till stånd, allt hvad man suggererar, värkligen inträffar.. Så t. ex. säger man till en försöksperson, att hon må blifva sömnig, äfven då man icke har ringaste tecken på att hon värkligen är sömnig, och skall det alls icke räcka länge, tills hon blir det och operatören själf blir i tillfälle att iakttaga alla kännetecken till sömnighet hos sitt subjekt. Genom denna företeelse har blifvit bevisadt, att det förtroendefulla antagandet hos experimentatorn gjort ett betydande intryck på subjektets hjärna, så till och med, att hans suggestion faktiskt öfvergått till sanning hos försökspersonen. I början skall operatören själf förvånas öfver invärkan, men skall iakttaga efter några få praktiska försöksöfningar, att alla hans bekanta i viss grad röna inflytande af de suggestioner, hvilka blifva utförda gentemot dem, och att detta äger rum såväl indirekt som omedelbart. En god hypnotisörs öfriga nödiga egenskaper äro en uppriktig karaktärs ärlighet och en sådan, som inom sig känner behof af att låta alla människor vederfaras rättvisa; en klar och ren blick och såsom viktigaste egenskap, vanan att rakt se alla människor i ögonen, då han söker utöfva inflytande på dem.

* * *

Utveckling af den mäktiga blicken. — Såsom en speciell praktisk öfning att utveckla sin blick till så mäktig som möjligt, ville vi här rekommendera nybörjaren att ställa sig två gånger dagligen framför spegeln — afton och morgon — och i tio minuters tid stirra oafbrutet in i sina egna ögon, utan att blinka en enda gång med ögonlocken. Ledaren skall efter behörig öfning finna, att han ännu kan förlänga tiden för stirrandet utan att blinka och snart kan se en försöksperson i ögonen 1—5 minuter, utan att det ringaste blinka, och att han lika länge förmår behålla ett bestämdt föremål

för ögonen, att han snart skall kunna uttänja denna tid från 5—10 minuter, ja någongång till och med till 20 minuter, utan att blifva trött eller hans ögon skulle visa tårar. Denna öfning har äfven till ändamål att förstora ögat, då ögonlocken snart skola utbredas från hvarandra, hvarigenom ett mål uppnås, hvilket skall blifva hypnotisören af stort värde.

VII LEKTIONEN.

Hvilka äro de bästa subjekten? — Undantag från regeln. — Hvarigenom kännetecknas ett svårt subjekt?

Hvilka äro de bästa subjekten? — Ofta har jag blifvit tillfrågad af mina lärjungar, hvilka väl vore de bästa subjekt, hvarvid de bådo mig att hälst visa dem någon väg, huru man på bästa sätt ur en massa personer kunde utfinna sådana, som vore egnade att öfvergå i somnanbulistiskt tillstånd. Det är nu i alla fall en angelägenhet, i hvilken endast öfning kan göra mästaren; men det gifves vissa allmänna tecken, hvilka aldrig skola vilseleda de utöfvande. De äro följande: Blonda personer äro mera emottagliga för hypnotiska inflytanden än brunetta. Män och kvinnor, hvilka, som man säger, äga en matt hy, som därföre icke behöfver fullständigt hafva öfvergått i grått; personer, hvilka hafva en ljusare färgnyance af brunt hår, som innesluter i sig något guldgult, hvilkas mun tillkännagifver ett mera godt lynne och hvilka icke äro af nyfiken karaktär, höra till den klass af människor, hvilka utgöra goda försökssubjekt.

* * *

Undantag från regeln. — Olyckligtvis är antagandet af en giltig klassifikation i denna riktning icke tillåtlig, ty såsom alla hypnotisörers erfarenheter utvisa, gifves det undantag, då mycket viljestarka individer äro utomordentligt användbara subjekt, då fullkomligt utpräglade brunetter blifvit somnanbulister af bästa slag, och många med blek hy försedda personer visade sig motspänstiga och svåra med hänsyn till hypnotisk invärkan. För experimentatorn är likväl en mycket stark frestelsepunkt

förhanden, den nämligen, att han kan föledas att gå i god för sannolikheten af framgång hos en eller annan patient: det är respekten, som hans tillvägagående, hans uppenbarelse ingjuter hos den i fråga varande i fullt vaket tillstånd. Visar patienten förtroende, är han hängifven och lydig, eller gifver han gärna efter för hypnotisören och tillkännagifver stor fruktan för honom — hvarvid dock motvilja mot denna är utesluten — så kan operatören antaga för mer än säkert, att han skall kunna tvinga honom till villfarande. Visserligen gifves det äfven personer, som visa en djupt inrotad motvilja mot hypnos, hvilken absolut icke kan öfvervinnas. Att befatta sig med sådana personer, måste i alla händelser anses för tidsödande. Härvid är icke så mycket fruktan för förfarandet orsaken, utan fastmera en vämjelse mot själfva hypnotismen med i spelet. Det är icke af synnerlig betydelse, om ett medium känner ångest för experimentatorn, emedan det skall blifva lätt för denne att under förloppet af några sittningar skjuta åt sidan en sådan känsla af ångest, hvarefter vanligen ett sådant subjekt sätter mera förtroende till ledaren. Ja, känslan af en viss rädsla är mången gång allena tillfyllestgörande att förorsaka en plötsligt inträdande hypnos.

* * *

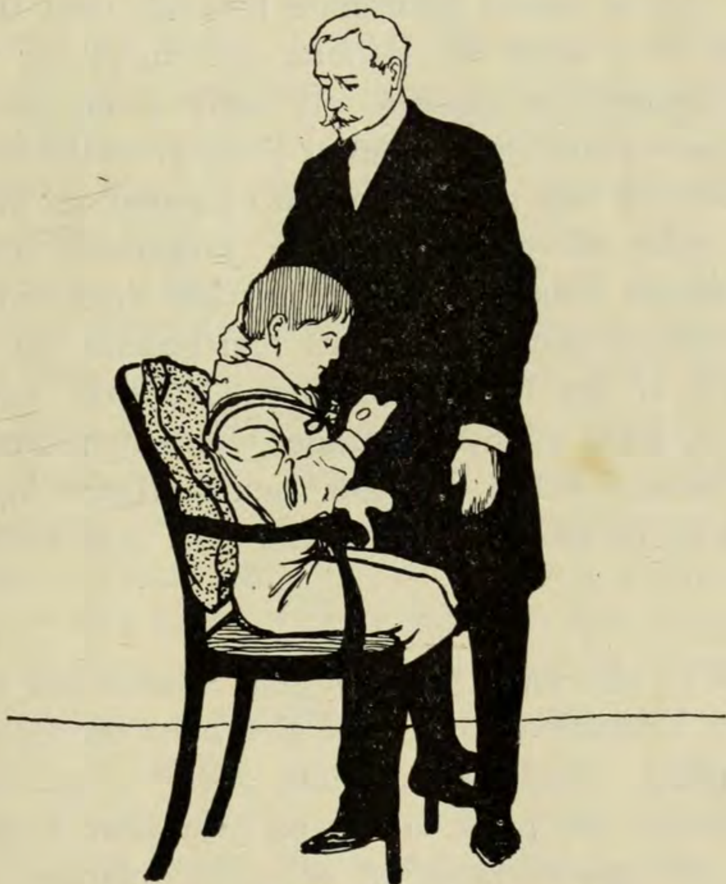
Hvarigenom kännetecknas ett svårt medium? — De sämsta försökspersonerna äro de, hvilka, då de äro utrustade med svag viljekraft, hysa intet intresse för psykologi och synas icke tillräckligt skickliga att igenkänna äktheten af den inom dem själf inneboende kraften. De kunna väl blifva berörda förmedelst den indirekta suggestionen, men med hänsyn till verbalsuggestion ensamt, kan ledaren icke förlita sig på dem; han borde enligt detta betjäna sig af en hjälp såsom t. ex. af elektricitet, hvarmed man förmår framkalla på en huru som hälst svår persons ande ett djupt intryck.

VIII LEKTIONEN.

Ett typiskt fall. — Huru begynna för att vinna inflytande på en gosse? — Hvad är att säga? — Denna metods mål. — Lugn måste herska i rummet. — Gossens muskelrörelser äro att efterapa. — Katalepsins eller muskelstyfhetens första stadium. — Styfhetens undanrödjande. — Edra suggestioners invärkan. — Hans förnuft angripes. — Vidare bevis för hans andes emottaglighet. — Sofvande i stående ställning. — Afgifvande af snabba, positiva suggestioner. — Ett försök med en illusion att beherska ögonens ljus. — Man bör icke injaga fruktan hos subjektet. — Aktiv somnanbulism. — Illusion beträffande smaksinnet. — Påtvinga luktsinnet i viss mån. — Bruk af illusioner som bevis. — Hallucinationer i seendet. — Somnanbulism förvandlad i sömn. — Afgifva uppfostranssuggestioner. — I fall af alltför djup sömn.

Ett typiskt fall. — I afsikt att lära, må det vara mig tillåtet att framdraga följande. En vän inträder i ett rum och medför en ung man. Vännen säger: „Jag har hört Eder vara en stor hypnotisör. Det vore mig mycket angenämt, om Ni ville framställa Eder makt på denne unge man. Han har intet emot att blifva hypnotiserad, och företager sig att göra allt, hvad Ni befaller honom. Den unge mannen är blifven efter i sin läsning, han vill icke utföra sina arbeten själf af fri vilja. Hans mor har sändt honom till mig för motsvarande bättring; då jag likväl hörde om Eder framgång i sådana fall, har jag hitfört honom, på det Ni skulle visa Eder erkända hypnotiska makt öfver den unge mannen och, om möjligt, bota honom från hans vana att lättjas. Försök Eder konst på honom!“ Här föreligger ett typiskt fall, som förelägges hvarje hypnotisör i praktiken; utförandets riktiga metod skall nu utförligt tagas till tals, så att läsaren på detta sätt erfar, huru man skall handla i sådana fall.

Huru bör man börja för att vinna inflytande öfver gossen? — Ledaren närmar sig gossen på ett stadigt, förtroendefullt sätt; han tager hans venstra hand i sin högra och lägger tillika sin venstra hand på hans panna, hvarvid han vrider hufvudet så mycket tillbaka, tills hans blick riktas uppåt och in i ögonen, på den öfver honom sig befinnande ledaren. Visserligen skall



Huru man bör söfva en gosse.

gossen härvid blifva något ängslig. Dock måste ledaren säga honom, att det är långt ifrån att man ville göra honom något ondt, ja, att han skall hafva roligt under nu följande experiment. Han måste försäkra honom, att hvarken han eller någon annan skall tillfoga honom någon skada, icke drifva honom en nål i hufvudet eller förorsaka honom någon smärta. Under det de båda fortfarande se hvarandra in i ögonen och ledaren står framför

gossen, måste han alltmer lugna honom genom ord; härmed uppmanas han att noga utföra, hvad honom anbefalles, och det måste sägas honom, att man har för afsigt att bringa honom till sömn. Ledaren säger honom, att han vill placera honom i en stol och att han skall gifva honom ett blankt stycke silfver i handen, på hvilket han har att rikta sina ögon. Såsom ändamålsenligt skall äfven här hvarje annat glänsande föremål vara till nytta. Sedan gör man klart för honom, att ingenting utomordentligt kommer att passera, att hans sömn skall blifva hälsosam och naturlig. Härefter föres gossen i en riktigt bekväm länstol och gifves honom i handen det glänsande föremålet eller silfverstycket, och föranledes han sedan att hålla denna hand på 10 cm. afstånd från sina ögon. Sedan meddelar man honom, att han genom ett fortsatt betraktande af det blänkande föremålet efter någon tid skall känna, huru sömnen inträder, huru han alltmer och mer skall känna behof af sömn, och slutligen ögonen af sig själfva skola tillslutas, och han helt och hållet skall insomna.

* * *

Hvad är att säga? — Nu har ledaren att upprepa för honom i positiv ton och på det mest markerade sätt ännu en gång, hvad han har att göra; t. ex. följande: „Behåll stadigt din blick fästad på föremålet i din hand. Låt icke din uppmärksamhet afbrytas hvarken af personer, som inträda i rummet eller genom något annat buller derstädes. Dina ögonlock skola tyngas allt mer och mer. Du skall blifva så sömnig, att du icke mer förmår hålla dem öppna.“ Nu går ledaren bakom stolen; han lägger härvid den högra handen på nackens bakre del, där han trycker denna hand fast emot gossen, likväl så, att honom icke härvid förorsakas någon obehaglig känsla. Nu gifver man honom en liten stunds tid att blifva sömnig, ty ingenting ernås med att saken blir förhastad. Då förnyar ledaren suggestionen, som följer:

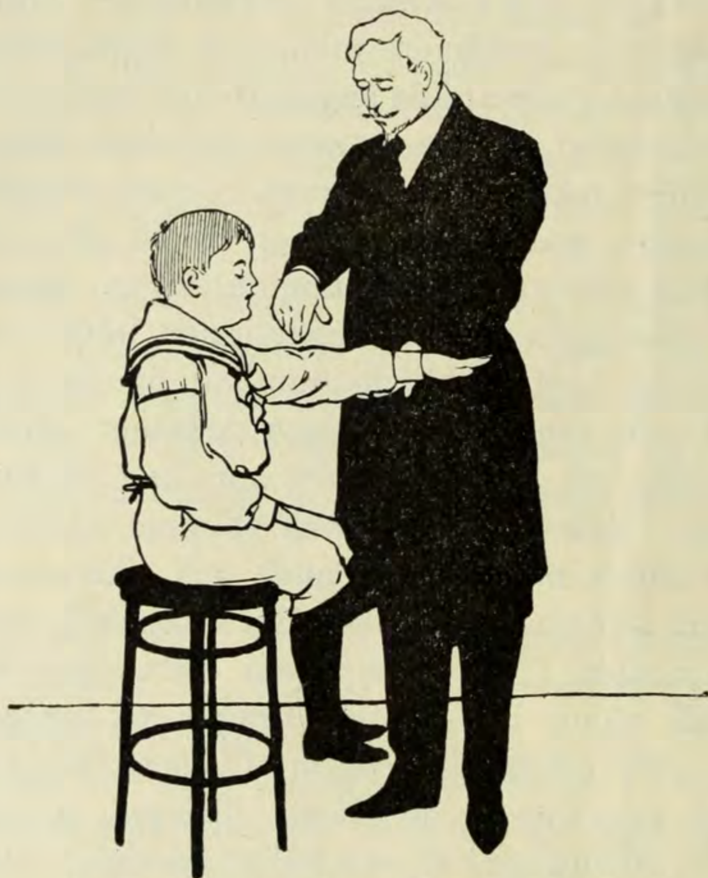
„Dina ögon blifva allt tyngre och tyngre. Du blir alltmera sömnig; ännu en liten stund och du är icke mera i stånd att hålla ögonen öppna; men du bör icke förr sluta dem, innan jag befaller dig det. Nu kan du knappt mera ordentligt se silfverstycket; det fördunklas, men rikta icke dess mindre din blick stadigt därpå, tills jag ber dig tillsluta ögonen.“

* * *

Ändamålet med denna metod. — Operatören måste fortfarande bestämdt, men helt lugnt, såsom här anfördes, tilltala gossen; alla suggestioner böra handhafvas med en sådan röst, att de intränga i gossens medvetande såsom värkliga fakta. Nu ingifves honom sömnens idé; samtalet fortfar, gossen har endast enkelt att lyda, han måste tydligt förnimma hvad honom säges. Genom den alltid åter framlagda sömns-suggestionen börja hans ögon värkligen efter kort tid blifva sömniga; ögonlocken blifva allt tyngre och tyngre. Nu säger ledaren: „Dina ögon äro redan nära att tillslutas. Du kan knappt mer hålla dem öppna.“ Härvid måste hans stämma något sänkas; han måste blifva mindre befallande och själf något sömnaktig; sedan låter han en fullkomligt sömnaktig intonation af rösten inträda i det han låtsar vara öfvertrött och benägen till sömn och riktigt drager på orden. Han fortsätter: „Nu måste dina ögon tillslutas, du kan icke längre hålla dem öppna; de måste tillslutas, och du skall sofva lugnt; tillslut nu helt och hållet ögonen.“ Ledarens högra hand är nu, såsom förr, på gossens nacke, den vänstra lägger han på hans panna och säger: „sof“! Denna befallning måste gifvas alldeles lugnt men fullkomligt bestämdt. Någon gång skola gossens ögonlock blinka för några sekunder — någon gång något längre tid. Men snart skola musklerna förslappas, och gossen skall sjunka tillbaka mot stolkarmen med en suck af lättnad och belåtenhet. Så måste man lämna honom och bör icke alls tala vid honom på en längre tid.

Lugn måste herska i rummet. — Man måste fordra af vännen, som beledsagat gossen, att han skall förhålla sig alldeles lugn i rummet under hela tilldragelsen, att han hvarken åstadkommer buller, för att rikta uppmärksamheten på sig eller själf göra någon suggestion, hvarken till ledaren eller till gossen. Denna punkt bör självfallet beaktas redan före början af seancen.

* * *



Att försätta armen i ett tillstånd af katalepsi.

Gossens muskelrörelser böra efterhärmas. — Sedan man några ögonblick unnat gossen ro, säger ledaren med mycket låg röst: „Du är nu stadigt insomnad, och ingenting skall väcka dig; ingenting skall angripa dig; du skall kunna öppna ögonen, när jag befaller dig, men du skall icke vara i stånd att öppna dem, då jag säger dig, att du icke kan göra det. Du skall förblifva i

denna sömn. Nu skall jag lyfta din arm och det skall på intet sätt störa dig. Intet skall komma dig att vakna!“

Nu tar operatören alldeles stilla sin hand bort från gossens nacke och bestryker två eller tre gånger den näst intill honom varande armen. Sedan upplyfter han snabbt denna arm i ett horisontalt läge och säger: „Din arm skall blifva stadigt i samma läge, som jag utsträckt den.“ Sedan stryker han ännu en gång armen med två eller tre drag och säger: „Du ser, att armen förblir styf och stadig; du kan icke mera låta den falla. Den skall förblifva i hvarje af mig önskadt läge; du befinner dig i en hälsosam sömn och skall nu göra allt, hvad jad befaller dig; likväl kan du endast vakna, då jåg befaller dig därtill.“ Och faktiskt skall armen förblifva i det af experimentatorn bestämda läget; han kan nu ännu bifoga: „Ingen kan böja eller låta din arm falla, tills jag gifver tillåtelse härtill.“

* * *

Det första stadiet af katalepsi eller muskelstyfhet. — Man kan nu äfven förfara på samma sätt med andra armen; det vore att rekommendera att låta såväl armarne som benen styfna på detta sätt — naturligtvis endast under den förutsättning, att gossen eller den unge mannen är så beskaffad, att hans hälsa icke lider härunder.

* * *

Att rödja ur vägen styfheten. — Så snart hans leder äro utsträckta horisontalt på det angifna sättet, talar operatören till honom: „Nu skall jag småningom undanrödja inflytandet; jag skall befria din venstra arm från styfhet genom några strykningar på densamma från handlofven uppåt skuldran.“ Under det han utför detta, säger kan: „Nu är armen fri från slapphet, nu kan du fälla ner den.“ Så försiggås äfven med den andra armen och därvid är ständigt att tillämpa den omsorg, som

utför honom ur hans tankegång under den under experimentet medförda muskulösa styfheten. Ledaren upprepar därföre: „Du befinner dig under en hälsosam sömn och skall göra, hvad jag befaller dig. Ingen kan väcka dig, jag allena undantagen.

* * *

Värkan af den från hypnotisören utgående suggestionen. — Hypnotisören har nu visat den makt han äger öfver den ifrågavarandes muskelsystem. Han har i sådan grad utöfvat inflytande på honom genom upprepade suggestioner, att han endast kan göra det, hvad operatören befaller honom och hvad han förmådde utföra i normalt tillstånd, att han t. ex. endast på befallning kan låta sin arm falla. Resultatet häraf består däruti, att personen numera verkligen tror allting, hvad ledaren uppställer som faktum och skall så att säga befinna sig i kamp med sitt eget „jag“ vid flerfaldigt upprepande af suggestionen. Försökspersonen skall nu göra det, hvad flera hafva gjort; hon skall göra alla möjliga ansträngningar för att fälla ner sin arm; då hon likväl fast tror på att icke kunna göra det, kan hon det faktiskt icke. Nu skall väl läsaren börja förstå, hvad det vill säga att äga positiv suggestionsmakt, då denna till en tid kan påtvingas hjärnan, under hvilken tid förståndskrafterna just icke utveckla den högsta värksamhet.

* * *

Hans förnuft angripes. — Under det gossen i hög grad är sömnig eller sedan delvis befinner sig i sömn, tänker han icke på samma sätt, som han skulle tänka i vaket tillstånd, hvaraf det äfven kommer sig, att han så enkelt upptager det faktum, att han icke skulle kunna sänka ner armen och uppgifver försöket att nedsänka armen. Hans hjärna befinner sig då i ett för

vidare suggestioner emottagligt tillstånd, och man kan nu begynna företaga vidare, af sig själfva följande experiment med hänsyn till behersking af den sofvandes muskelvärksamhet.

* * *

Vidare bevis för hans andes emottaglighet. — Alldeles så som operatören förmådde visa gossen, med eller utan hans samtycke, att han icke kan nedsänka armen, när han befaller det, är han äfven nu i stånd att bevisa för honom eller äfven andra tillstädesvarande personer, att han icke kan öppna sina ögon, då han själf säger honom, att han icke må kunna göra det; att han icke kan tillsluta sin något öppnade mun, när ledaren befaller honom att lemna munnen öppen, eller att han icke skall kunna röra sig bort från en plats, där han befinner sig, om honom blir suggereradt, att han är bunden vid den ifrågavarande platsen och har förlorat förmågan att röra sig.

* * *

Slummer i upprät ställning. — Nu ställer operatören gossen på båda fötterna i stående ställning, under det han raskt stryker med händerna från hufvudet längs armarna nedåt och far förmedelst ett snabbt strykande ända nedtill fötterna, hvarvid han endast helt lätt vidrör den sofvandes klädedrägt. Så snart han har upprepat detta på båda sidor, strykande flere gånger nedåt, säger han till gossen: „Du kan lika så lätt sofva på stående fot, som du har sofvit i en bekväm länstol. Du skall öppna dina ögon, så snart jag befaller dig, och du skall se hvad jag bjuder dig att se. Du skall känna, hvad jag säger dig böra känna, och allt skall synas dig som verklighet.“ Härefter fortsätter operatören sitt tal: „Ehuru jag befaller dig att vidt öppna dina ögon, skall du likväl i ingen händelse vakna. Du skall fortfarande sofva; du

skall få se mycket komiska saker, men likväl skall du icke blifva ängslig och du skall öfven icke förundra dig öfver, huru dessa saker komma hit. Du skall endast veta, att du ser dem och att de förefinnas för dig faktiskt och värkligt."

* * *

Afgifvande af snabba positiva suggestioner. — Experimentatorn måste tala mycket snabbt vid detta

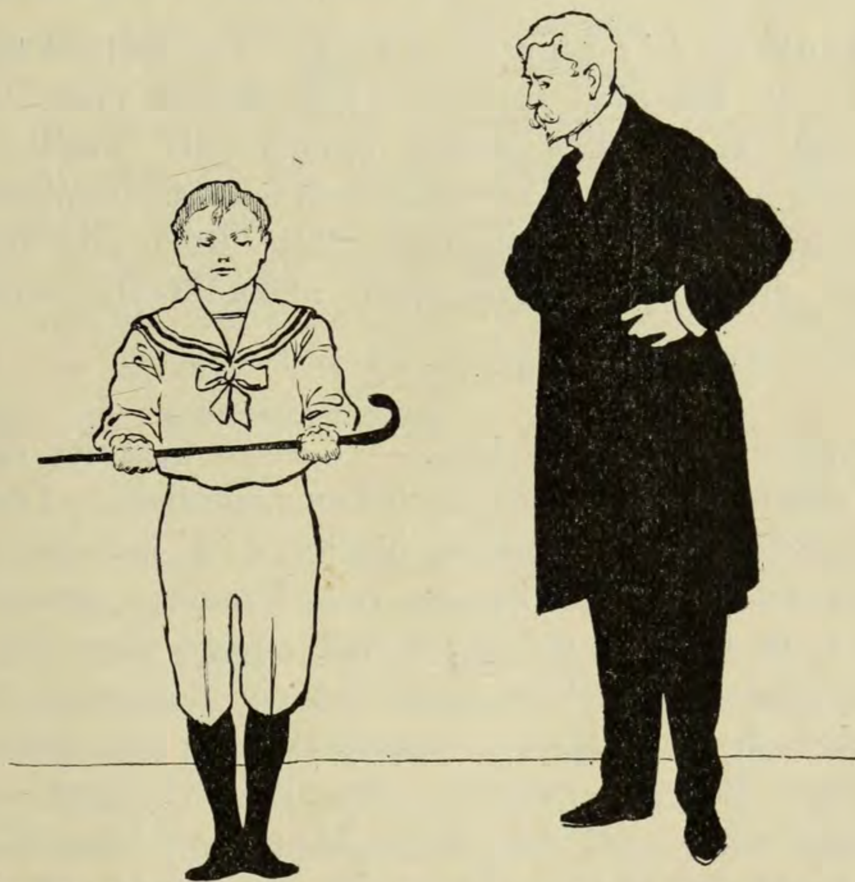


Sofvande i upprät ställning.

experiment. Han måste låta föreställningen, som han inger gossen, genast återspegla sig i dennes hjärna som ett faktum. Skulle ledaren dröja äfven endast ett ögonblick eller tala med en icke bestämd röst, riskerar han, att gossen vaknar för att göra frågor och råka i tvifvel. Ledarens uppgift består endast däruti, att påtvinga gossen sina tankar.

* * *

Ett försök med en illusion, som har afseende på ögonens ljus. — Hypnotisören griper tag i en vanlig spatserkäpp och gifver den åt gossen i handen med orden: „Du förskräckes icke för ormar. Du har alltid önskat dig en orm som leksak. Öppna dina ögon och se på ormen, som jag nyss har gifvit dig i handen. Den skall icke bita dig, den skall icke göra dig något



En illusion i synförmågan. Gossen tror sig varseblifva en orm.

ondt. Du känner ingen ängslan för den. Håll fast den, eljest skall den slippa undan.“ Gossen öppnar ögonen och ser en orm i stället för käppen, noga och alldeles såsom den beskrefs för honom. Då man tillika förehöll honom, att han icke bör uppretas däröfver, skall han icke åskådliggöra någon motvilja mot ormen, ja, att han till och med skall smeka den förmenta ormen. Om operatören så vill, kan han genast förvandla denna

känsla af välbehag i stor fruktan i det han utropar: „För Guds skull, gif akt, den skall bita dig.“ De vanliga offentliga seancerna för åskådare arrangeras vanligen på detta sätt, ty alla dessa arbeta med föreställningar af fruktan eller af böjelse, eller bättre uttryckt, med känsloutbrott hos den i fråga varande personen.

* * *

Fruktan bör man icke injaga hos subjektet. — Det är lika lätt att framställa hypnotismens makt endast i sådana fall, hvilka synas egnade att åstadkomma angenäm inverkan hos subjektet och icke till framkallande af förskräckelse; jag åtminstone måste uttala mig alldeles afgjordt emot att begagna denna makt för alla ändamål.

* * *

Aktiv somnanbulism. — Gossen befinner sig nu i ett tillstånd af såkallad „aktiv somnanbulism.“ Ledaren har uppväckt hos honom en illusion d. ä. han har gifvit honom ett föremål i handen och föranledt honom att anse detta föremål för något helt annat; föremålet har genom hans suggestion förvandlat sig i gossens hjärna till något helt annat — en sinnes synvilla har försiggått. Nu säger han till gossen: „Nu skola vi lägga ormen åt sidan“ och i det han tager käppen ur hans händer, lägger han den afsides. Sedan far han snabbt och säkert med händerna honom öfver ansiktet och befaller: „Sof“, och detta är fullkomligt tillfyllest att förvandla den aktiva somnanbulismen uti en djup sömn.

* * *

Smakens illusion. — Nu låter man gossen stå några ögonblick och svänga sig upp på sina fötter; därvid säger ledaren: „Du tycker väl mycket om frukt; du älskar väl mycket äpplen och appelsiner. Här är ett

mycket skönt äpple, ett utsökt godt äpple, som du kan erhålla för att genast ätas. Du skall gärna tro, det du icke förr njutit af ett så förträffligt äpple, ett så sött äpple. Tag det och ät det genast.“ Ledaren kan nu gifva gossen en vanlig, rå potatis i handen och han skall förtära den med största aptit och med tecken till den största belåtenhet. Ända hittills blef gossen ännu icke föranlåten att tala, men nu är den tidpunkt inne, då man kan fråga honom och då han skall svara. Ledaren frågar nu honom, om äpplet smakat bra. Skulle han icke genast svara, måste ledaren genast påtvinga honom suggestionen, att han förmår tala lika så väl, såsom om han skulle befinna sig i fullkomligt vaket tillstånd. Han skall nu svara, att äpplet har smakat honom ovanligt bra, och att han önskar sig ett annat lika godt att äta. Det har sålunda lyckats operatören att framkalla hos gossen en smakens illusion.

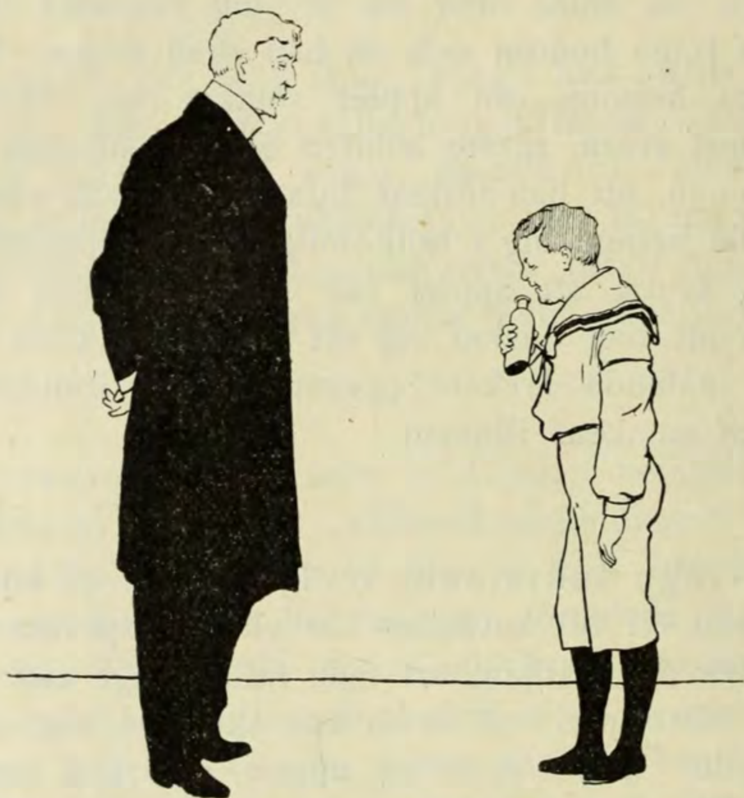
* * *

Påtvinga luktsinnet i viss mån. — I fall denna gosse ännu en tid änvändes för vidare experiment, kan man drifva det därhän, att man fullkomligt kan inverka på hans luktorgan, och detta kan ske i så hög grad, att han absolut icke förspörjer någon invärkan, om man hämtar för hans näsa en öppen flaska, fylld med ammoniak. Ja, det skall till och med blifva möjligt att medelst suggestion påtvinga honom föreställningen att ammoniakflaskan skulle innehålla eau de cologne, och han skall inandas vällukten med största välbehag. Det gifves värkligen inga gränser för de olika slagen af experiment, som skulle kunna utföras med hänsyn till sinnenas vilseförande; dock tror jag mig hafva orienterat denna angelägenhet tillräckligt genom de här angifna åtgärderna. Det har ännu icke förekommit i min praktik, att någon slags skada skulle uppstått för den i fråga varande personen tillföljd af de tillfälligt försiggångna

seancerna, men enligt min åsikt vore deras alltför ofta upprepade användning dock icke att förorda.

* * *

Bruk af illusionen såsom bevis. — Illusioner äro allenast därtill nyttiga att visa, att det utan tvifvel förefinnes i den mänskliga hjärnan en långt högre makt



Gossen, åt hvilken man lämnat en liten flaska med starkt luktande ammoniak, tror sig känna en fin vällukt.

än den, hvilken vi kunna iakttaga där i det alldagliga lifvet. Dessa villfarelser bevisa den i hypnotismen inneboende sanningen och dess mycket betydande makt. Man borde fullkomligt tillfredsställas af detta bevis och icke missbruka illusionerna till dåliga ändamål.

* * *

Hallucinationer i seendet. — Operatören säger nu till gossen, sedan han först unnat honom några ögon-

blicks ro och sedan suggererat hos honom sömn såsom här ofvan blef beskrifvet: „När du skall öppna dina ögon, kan du se din moder sitta i länstolen där i hörnet“. Härvid måste operatören först försäkra sig om, att gossens moder ännu är vid lif. Vidare: „Din moder har kommit hit för att se hvad du förehar, och du skall blifva mycket glad att få träffa henne här och samtala med henne. Så snart du öppnar ögonen, skall du gå öfver till hörnet, där hon sitter och tala med henne, och sedan skall du meddela mig hvad hon säger. Öppna nu ögonen och gå till henne!“ Härpå skall gossen stiga upp och gå till sin moder, hvarvid han med stirrande blick skall se åt hörnet i rummet, där han förmodar modren vara. Enligt sina anlag och sin förmåga skall han, under det han går med sin moder, föra ett längre eller ett kortare samtal. Är han till sin natur en pratsam gosse, skall han blifva mycket mångsidig och förelägga henne alla möjliga frågor och äfven tillika hysa stort intresse för hennes svar. Det lyckas hypnotisören att på detta sätt framkalla en hallucination hos gossen d. v. s. med andra ord, det har lyckats honom att skapa en bild i hjärnan, där ingen sådan existerar. Härmed är man i stånd att lära känna skillnaden emellan illusioner eller sinnesvillfarelser och hallucinationer eller drömlika uppenbarelser.

* * *

Somnanbulism förvandlad i sömn. — Nu går operatören själf till gossen; han stryker honom med händerna öfver ögonen och befaller honom: „Sof!“ Nu skall du säkert icke mera känna fruktan för hypnotismen, du skall genast, mig till behag, falla i sömn, så snart jag lägger handen på ditt hufvud och befaller dig: „Sof!“ Det är icke mera nödigt att utsätta dig för ett långvarigt förfarande; du skall härefter vid hvarje tid på dagen ögonblickligen falla i sömn, när jag önskar och befaller

dig. Du återgår nu genast till din stol tillbaka, för att därstädes falla i djup sömn, och under denna sömn vill jag tillföra dig de nödiga suggestionerna för att bota dig från vanan att lättjas. Gå nu tillbaka till din stol och sof riktigt djupt!“ Gossen lämnas nu för ca. 5 minuter i ro under största stillhet i rummet.

* * *

Afläggandet af uppfostringssuggestioner. — Nu lägger hypnotisören sin hand stadigt på gossens hufvud och säger: „Du har blifvit mycket efter i dina studier och är fortfarande en lat yngling. Det ligger alldeles icke i din natur att vara lat eller olydig, och från och med detta nu skall du visa dig i en helt annan dager. Du skall ifrigt beflita dig om att göra framsteg i skolan med dina arbeten; du skall vara lydig emot dina föräldrar och blifva en alltigenom dugande ung man. Din hälsa skall vara god och ifrån detta nu skall du känna dig stark, värksam och kraftig. Af naturen är du en klok och klartseende ung man, och allt det goda, som finnes hos dig, skall nu komma i dagen. Ifrån detta nu ha vi bortdrifvit all ohörsamhet och lättja, numera tål man ej mera lättja eller ohörsamhet. Sof nu 10 minuter igenom och vakna sedan upp, men du skall ej erinra dig något af hvad som förefallit under tiden; du skall känna dig fullkomligt väl i alla afseenden. Du skall icke tänka på en enda suggestion, som jag framkallade hos dig och, det skall icke finnas kvar ett enda spår i ditt minne af alla de genomgångna sinnesvillfarelserna, som blefvo framalstrade hos dig. Du skall i hvarje hänseende känna dig fullkomligt väl och frisk. Sof ännu vidare 10 minuter och vakna upp efter denna tid alldeles af dig själf!“ Operatören skall nu sätta sig på en stol på ett kort afstånd från gossen under största fortfarande stillhet och se huru den unge mannen —

nästan på sekunden — efter 10 minuter vaknar, måhända någon liten tid tidigare, men fullkomligt frisk och kry i hvarje hänseende.

* * *

I fall af alltför djup sömn. — Det förekommer mycket sällan, att gossen faller i en så djup sömn, att han icke skulle uppvakna af sig själf på en bestämd tid. Då bör ledaren gå till honom och, läggande händerna på hans hufvud, tala till honom: „Du är väl uthvilad och känner dig nu fullkomligt väl och i angenäm sinnesstämning. När jag räknar tre, skall du vakna upp fullständigt. Ett, två, tre, vakna upp!“ Till följe däraf, skall han nu öppna ögonen och måhända yttra någon förvåning öfver tidens längd, hvilken, att sluta af uret, förflutit sedan han först slog sig ned i länstolen. Att gossen sofver längre än experimentatorn önskar, är icke att befara eller alltför farligt, eller att det skulle blifva omöjligt att väcka ett subjekt af sig självt, förutsatt, att han icke hade brutit emot några hufvudreglor, som här äro angifna. I ett sådant fall är alltid fara för handen, och detta bör fullkomligt hållas i ögnasigte, att försökspersonen sofver under vissa omständigheter och icke kan uppväckas med största ansträngning. Till detta ämne skall jag för öfrigt tillåta mig att återkomma på ett annat ställe och visa, att operatören städse vid sådana fall har tillfört detta högst misslyckade tillstånd.

IX LEKTIONEN.

Det halft medvetna förståndet. — Bevis för tillvaron af tvenne slags medvetande. — Gemensamma egenskaper. — Det halft medvetnas trossalighet. — Hvarest makten ligger. — Vis medicatrix naturae. — Trons makt.

Det halft medvetna förståndet. — Härintill hafva vi endast framfört för läsaren typiska fall till hypnotismens införande. Efter denna förberedelse gå vi ut på att visa, hvilken roll det halft medvetna förståndet har att spela vid dessa företeelser. Det är mycket enkelt och skall belysa den lärosats, att människan i intet fall är ett väsende, utrustadt med endast ett enda medvetande, utan att ännu ett annat medvetande, hvilket vi vilja benämna „halft medvetet förstånd“ herskar inom henne.

* * *

Bevis öfver tillvaron af två slag medvetande. — Hvar och en känner det faktum, att ett helt annat medvetande gör sig gällande under den nattliga drömmen än under det vakna tillståndet — ett medvetande, som är mycket olika det senare i sina hufvudkännetecken. Den viktigaste skillnaden är här att sökas däruti, att drömmar öfverhufvudtaget innehålla ganska litet förnuft. Det är väl hufvudsakligen frånvaron af all förnuftig tankegång, som utgör skillnaden emellan det värkliga medvetandet och det halftmedvetna. Men båda likna hvarandra i annat afseende alldeles utomordentligt; det i drömmen framträdande lifvet synes nämligen nästan såsom en efterhärmning af det i vaket tillstånd afspeglade lifvet. Alla i flere drömbilder förefallande tilldragelser äro noga

bildade efter dem, som vi hafva lärt känna under våra faktiska erfarenheter; människor, hvilka synas oss i drömmen såsom värkligt existerande, äro nästan alltid sådana, som vi känna eller hafva känt i lifvet. Vi kunna alltså med rätta påstå, att det värkliga och det drömda medvetandet väl beteckna förståndets två olika tillstånd, det vaknas- och sömnens tillstånd, men att de likväl, om äfven sinsemellan åtskilda, innerligt hänga tillsammans, emedan de hafva många kännetecken gemensamma med hvarandra.

* * *

Gemensamma egenskaper. — En af dem består i minnet. Men under det att minnet mycket ofta lämnar oss i sticket under vaket tillstånd och verkar mycket trögt, visar det en underbar noggranhet i det halftmedvetna lifvet. Bok föres, så att säga, öfver alla lifvets tilldragelser i det halft medvetna tillståndet. Man kan helt kort beteckna det såsom själens dagbok och det synes nära nog, om man lyftade på täckmanteln öfver det vakna medvetandet med dess sorger och farhågor, som om det halft medvetna förståndet skulle låta fullkomligt förvånansvärda uppgifter framträda från stapeln.

På detta sätt skola människor helt plötsligt med döden för ögonen låta sitt samvete tala och likasom i ett panorama, låta alla i lifvet förekomna händelser passera revy för sitt inre. Slöjan, som härtills betäckte det värkliga medvetandet, lyftas; mången gång är denna visserligen förfärdigad af mycket glänsande tyger, så att människor äfven i vaket tillstånd känna sig dragna från det värkliga lifvet och hängifva sig åt drömlika fantasier; men just åt sådana människor gifver det halft medvetna i allmänhet mera af lifvets värklighet, än det helt medvetna tillståndet. Vi kunna helt och hållet lyfta denna slöja med hypnotismens användande och förläna åt den

i fråga varande personen full styrka åt hans i halft medvetet tillstånd i värksamhet satta egenskaper.

* * *

Det halft medvetna tillståndets trossalighet. — Det halft medvetna förståndet är icke allenast tillräckligt förberedt för tron, utan tror gärna själf äfven hvad som säges åt det. Det faller det icke in att fråga eller att sätta motstånd emot de för detsamma erbjudna suggestionerna — alldeles så, som läsaren icke själf skall emotstå sina drömmar, när de hemsöka honom under natten.

* * *

Hvar makten ligger. — Vi kunna enligt detta beteckna hypnotismen såsom ett tillstånd af medvetet lugn vid halft medveten värksamhet och vilja, ännu kortare, däri erkänna grunden, hvarföre hypnotismen synes nyttig för läkeändamål, att individualkraften ligger uti halft medvetande eller omedvetande. Häruti ligger rörelsekraften. Det vakna förståndet befaller och, under det, att det inpräglar sina befallningar åt det halft medvetna, antager detta halftmedvetna förstånd dem villigt; det upptager dem och tror på den åt detsamma meddelade suggestionen och utför därföre äfven punktligt de gifna befallningarna. Detta bekräftas äfven öfverhufvudtaget i lifvet såsom hos försökspersonerna under hypnosen. Hypnotismens läkande kraft kommer enligt detta att hufvudsakligen fullt värka under det halftmedvetna tillståndet.

* * *

Vis Medicatrix Naturae. (Naturens helande kraft). — Naturen skall alltid ånyo bota sjukdomar utan tillhjälp och utan medvetet påtryck och förmå oregelbundenheter att vika. Men ofta kan det förekomma, att genom de

hos den vakna individen uppkomna tankarna till orätt, det halft medvetna jaget till den grad blir mättadt med villfarelse och falsk tro, att det blir fullkomligt maktlöst att frigöra sig från det detsamma omgifvande onda utan yttre hjälp. Hypnotismen är detta hjälpmedel att bibringa det halftmedvetna tillståndet den utifrån kommande eggelsen. Operatörens suggestioner äro värksamma såsom ledande hjälpmedel för att insätta den eviga läkedriftens omnämnda heliga lag i sin fulla rätt och denna drift kommer, så till sägandes, halfmedvetandet till godo. Det är en utomordentligt förnuftig och välgörande lag.

* * *

Trons makt. — Strängt taget kunde man kalla hypnotismens läkekraft för patientens kraft, som kännetecknar hans emottaglighet och gifver honom anledning att tro på de suggestioner, som leta honom, så snart de inpräglas hos honom under ett halft medvetet tillstånd. Man må tänka, att läkekraft knappt borde vara igenkännelig i vaket tillstånd. Densamma tillhör mera det halftmedvetna förståndets besparingar och kan den utvecklas genom personen själf till dennas egen fördel, i det att denne suggererar sig på samma sätt, som det vanligen sker i hypnosen af operatören vis à vis hans försöksperson, eller denna läkekraft kan utvecklas på alldeles samma sätt af en experimentator, såsom det redan tillförene beskrefs. Det är i båda fallen fråga, om en person nu söker bota sig själf eller om hon botas af en annan, om ett och samma medel, om det medvetna eller vakna förståndet, som framkallar ett intryck på det halftmedvetna förståndet och är egnadt att tillföra läkedom. Medlet i det först omnämnda fallet kalla vi „Autosuggestion“ det i det andra fallet „Hypnotism“.

X LEKTIONEN.

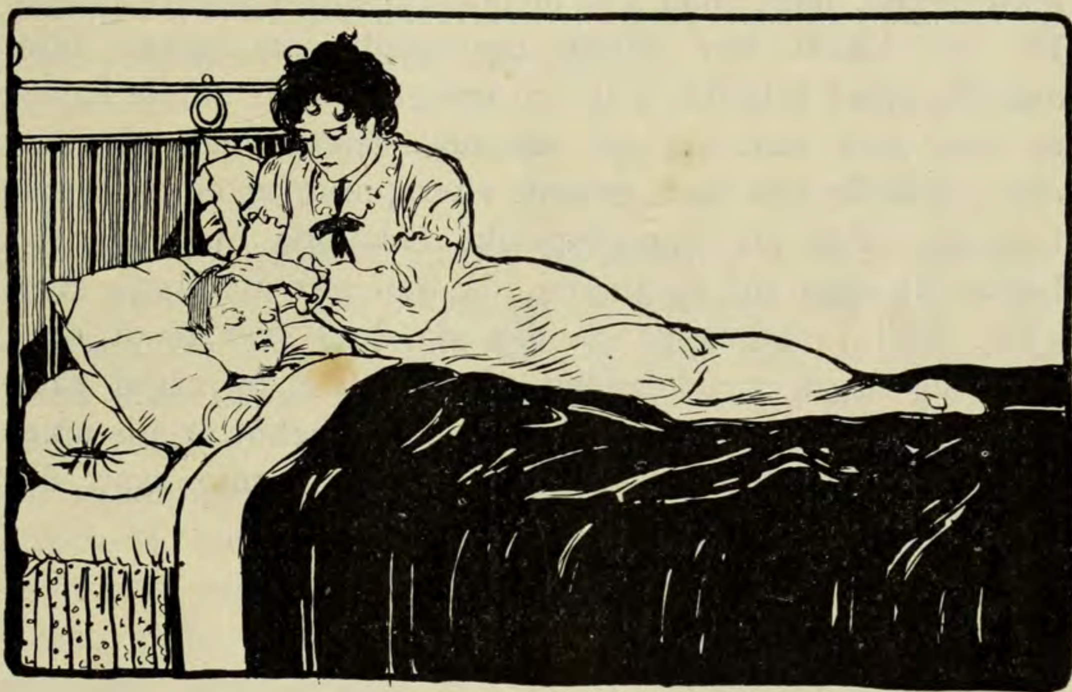
Skillnaden emellan hypnos och naturlig sömn. — Kur under den naturliga sömnen. — Metoden, som utöfvas i Frankrike. — Metoden att afgifva suggestioner under sömnen. — Afgifvandet af stilla suggestioner. — Att bota stammande. — Tillvägagåendet blir underlättadt genom upprepande. — Ett försök af passiv somnanbulism.

Skillnaden emellan hypnos och den naturliga sömnen. — Jag har redan en gång talat om det ovanligt goda minnet, som låter igenkänna sig vid hypnosen. Det är klart på grund af denna iakttagelse, att man icke just kan hänföra hypnotism och naturlig sömn under en och samma rubrik. Personens intelligens visar sig ovanligt skarp under hypnosen. Men om det tillåtes personen att hvila ostörd, utan några suggestioner från operatörens sida, skall den förra alltid öfvergå från hypnosen till naturlig sömn. Vi kunna enligt detta lugnt påstå, att hypnosen utvecklas ur sömnen och åter uppgår i densamma.

* * *

Botande under naturlig sömn. — Alldeles så som hypnosen utvecklas ur konstgjord sömn, kan densamma alldeles lika framkallas ur naturlig sömn. För närvarande försökas i Amerika å föräldrarnas sida kurer på deras barn, alltid under förutsättning, att dessa hafva lärt känna principen för sömnkurer, och denna metod är högst lyckosam, så snart det i synnerhet är fråga om att bortarbeta från barnen dåliga vanor, att förbättra deras hälsa och att tillhålla dem till flit vid sina dagliga arbeten och studier genom det enkla medlet, att föräldrarna inleda samtal med dem under sömnen och därpå låta dem svara

under sömnen. Den viktigaste omständigheten vid denna behandling under sömnen består däruti, att föräldrarna eller experimentatorn försäkra sig fullständigt om den sofvandes uppmärksamhet. Jag har redan nedskrifvit denna behandlingsmetod år 1897 i en kort broschyr under titeln „Uppfostran under sömnen“ för den amerikanska publiken och beskrifvit däri flerfaldiga exempel af sådana, på det antydda sättet genomförda och lyckade kurer.



Uppfostran under sömnen. (Moder och barn.)

Stamning, Enuresis, Chorea, nervositet, rädsla och dåliga vanor blefvo lätt botade och försvunno helt och hållet genom detta enkla behandlingssätt. Återkallar man i minnet det, som i föregående lektioner sades om kraften, som förefinnes inom det halftmedvetna förståndet, så skall man lätt igenkänna systemets filosofi.

* * *

Metoden, som utöfvas i Frankrike. — Ungefär ett år efter det jag hade offentliggjort min upptäckt,

utkom i „Revue de l'hypnotisme“ i Paris ett af Dr. Paul Farez författadt, af flera artiklar bestående föredrag, hvaruti min förut fastställda teori och de därur framträdande resultaten till fullo bekräftades. Ibland psykologer antages såsom stående, att intryck, som åsyfta uppfostran och moral, lätt kunna bibringas en sofvande person och kunna göra djupt intryck. Metoden att följa är alltid en och densamma; det är därföre icke nödvändigt att än en gång beröra den. Det visades i de förut beskrifna lektionerna, huru man kan meddela positiva suggestioner. Då det likväl blir bättre uppfattadt, om saken blir åskådliggjord bildlikt, vilja vi antaga, att Ni skulle hafva en son, som vant sig att stamma; denna vana gör sig ofta gällande hos barn genom efterapning af en af deras bekanta. För att framgångsrikt bekämpa stammandet, borde Ni säga till ynglingen, då han går att lägga sig: „Jag skall i natt uppsöka dig, då du sofver djupt och göra dig några meddelanden. Du skall ej på något sätt råka i förvåning öfver mina ord, ja, du behöfver alls icke vakna af dem; likväl skall du alltid gifva mig svar, då jag riktar några frågor till dig.

* * *

Metoden att afgifva suggestioner under sömnen. — Sedan Eder son sofvit någon tid, går Ni till honom och lägger Eder bredvid honom på bädden; härefter börjar Ni stryka honom öfver pannan för att väcka i hans hjärna den föreställningen, att Ni befinner Eder i hans närhet, men likväl måste detta ske så lugnt, att han icke blir uppväckt. Självfallet skulle ett slag eller något dylikt drifva honom upp ur bädden, och då vore Ni tvungen att förfara med honom så, som om Ni ville hypnotisera honom såsom ett subjekt, d. v. s. Ni måste säga honom, att allt är i ordning, att han genast måste sluta ögonen och falla i god sömn. Suggestionerna

måste i dessa fall utföras raskt och eftertryckligt, på det han genast skall känna sig sömnig och utmattad, falla i en hälsosam sömn och icke vakna, när Ni talar till honom. Sannolikheten af att icke vakna är i hvarje fall förhandenvarande, om Ni beflitar Eder om att riktigt utföra de här gifna instruktionerna. Ni måste försöka att med största tålamod långsamt och småningom rikta hans hela uppmärksamhet på Eder. Ni bör i intet fall sporra honom till skyndsamhet eller låta högljuda ord undfalla Eder. Ni måste tala i en mycket låg men tydlig ton, men utan ringaste öfverilning.

* * *

Stilla suggestioners afgifvande. — Härvid säger Ni i lugn ton: „Du sofver nu mycket godt och skall icke vakna. Du hör mig tala till dig, men det jag säger dig skall icke störa din sömn. Du kan svara mig, när jag talar till dig. Har du nu en angenäm känsla?“ Enligt all sannolikhet skall han ej svara. Det blir nödigt att instruera honom, på hvilket sätt han skall svara Eder, utan att vakna, och därföre skall Ni fortsättningsvis lugnt glida med handen öfver hans panna för att småningom vänja honom vid full uppmärksamhet. Sedan lägger Ni ett af Edra finger lätt på hans mun och säger åt honom: „När jag lägger fingret på din mun, blir du i stånd att svara mig; du kan säga ja“. Vanligtvis skola nu gossens läppar röra sig, såsom om han ville frambringa något ljud; likväl skall man höra ingenting. Så snart Ni likväl iakttager läpparnas rörelse, måste Ni upprepa den föregående suggestionen och tydligt uttala Eder mening, att han i nästa séance — kanske redan följande dag — skall kunna med lätthet svara på Edert tilltal.

* * *

Att bota stammande. — Nu fortfar Ni att bibringa honom den nödiga suggestionen för botande af stamning i det Ni säger honom: „Du skall se, att du i morgon skall kunna tala och svara och att du icke i något fall kan dröja därmed. Du skall kunna tala lika så lätt, likaså väl och likaså tydligt, som jag. Du skall hvarken stamma eller dröja under ditt tal.“ Upprepa dessa suggestioner ännu en gång och väl på ett mycket positivt, särskildt betonadt sätt; men lämna honom sedan allena. Följande dag skall han troligen icke det ringaste minnas det, som Ni talade med honom; Ni skall likväl skönja en tydlig förbättring i hans tal, och det kan äfven förekomma, att Eder suggestion kan återvända genom det halft medvetnas minnes förmögenhet hos honom, och att han då erinrar sig, hvad Ni föregående dag sagt honom. Men det kan äfven förefalla, att han hvarken nu eller senare minnes det inträffade. Dessa omständigheter äro hufvudsakligen beroende af den grad, hvilken den honom ingifna djupa sömnen hade antagit.

* * *

Förfarandet underlättas genom upprepande. — Nästa och följande aftnar skall Ni finna, att så snart Ni talar med honom, Ni mycket lättare skall erhålla ett svar af honom.

* * *

Ett försök till passiv somnanbulism. — Skulle det för Eder handla om att genom ett försök lära känna, huru stort en persons inflytande kan vara på en annans hjärna under naturlig sömn, så försök en gång att leda en sofvandes drömmar i den ena eller andra riktningen, enligt Eder önskan. Ni kunde t. ex. leda Eder gosse till tron på att han skulle befinna sig såsom anförare i spetsen för sina trupper, då skall han i drömmen genom-

gå alla tilldragelser på slagfältet. Ni kan suggerera honom därhän, att påminna sig vid uppvaknandet händelserna under hans dröm och hvad han sett af fienden och allt, hvad Ni inpräglat hos honom under sömnen, skall han återgifva Eder följande morgon ord för ord. Men han skall icke kunna uppfatta, att Ni endast suggererat hos honom dessa tilldragelser; men han skall tro sig i värkligheten hafva sett alla dessa företeelser. Just på samma vis, som Ni kunde inprägla slagfältets upprörande tilldragelser i hans inbillningsförmåga, skall Ni äfven kunna framkalla i hans hjärna glada tilldragelser af kontemplatift lugn och hälsobringande förhållanden. Lagen, som har afseende på emottagligheten för suggestioner i halft medvetet tillstånd, står alldeles orubbadt fast. Den verkar i två riktningar. Den kan finna användning till såväl det goda som det onda. Men vi råda Eder att uttnyttja den endast i den bästa afsigt.

XI LEKTIONEN.

De suggestioner hvilka följa efter hypnosen. — Huru skola efter hypnosen följande suggestioner gifvas? — Subjektet urskuldar sig för sitt beteende. — Suggestionernas stärkande. — När suggestionerna misslyckas. — Suggestioner kunna blifva tillbakavisade. — Tidens längd under hvilken försöken kunna hålla stånd. — Den såkallade ögonblickliga hypnotismen. — Huru subjektets motstånd öfvervinnes. — Hvarföre hypnotisörens fortsatta experimenterande måste hafva framgång. — Hvar faran ligger. — Hvad är i sådant fall att företaga? — Vikten af efterföljande suggestioner.

De suggestioner hvilka följa efter hypnosen. — Ibland alla hypnotismens många företeelser gifver ingen åt åskådaren så mycken anledning till förvåning och till andens förvirrande, som värkningen, som man känner under namn af „efterhypnotisk suggestion.“ Likväl ville jag ännu en gång tillförst rekommendera ett djupgående studium af de föregående suggestionerna öfver det halftmedvetna minnet, ty genom detsamma erhålles först nyckeln till det märkvärdiga fenomen af det tillstånd, jag går att beskrifva. Detta fenomen är med ett ord beroende af den minnesstyrka, som kännetecknas såsom ett särskildt märke på det omedvetna förståndet.

* * *

Huru skola efterhypnos-suggestioner gifvas? — För att framkalla efterhypnotiska suggestioner borde operatören vända sig till subjektet, när det är försänkt i djup sömn och sedan tala: „Tio minuter efter det jag väckt dig, skall du hysa den lifligaste önskan att påtaga din hatt och vilja gå hem. Du skall sedan taga din hatt, sätta på den och genast därpå fullständigt glömma, hvad

du företagit dig. Du skall sedan blifva sittande i din stol och tala med mig, under det du behåller hatten på hufvudet. Du skall likväl icke blifva medveten om, att jag hade suggererat dig att göra allt detta.“ Vid utsatt tid, nämligen tio minuter efter väckandet, skall subjektet plötsligt se sig om för att taga sin hatt; så snart det funnit den, skall det sätta på den och nedslå sig själf i en stol. Om Ni nu ställer till det en fråga, skall det svara Eder enligt bästa vetande, att det icke höjt sig från stolen och icke har hatten på hufvudet. I händelse Ni nu tager hatten från dess hufvud och visar densamma, skall det häpna för ett ögonblick, men skall sedan åter betäcka sig och säga „Ja, jag hade ämnat åter gå hem“.

* * *

Subjektet ursäktar sig för sitt beteende. — Det skall fördraga att säga detta för att icke låta Eder tro, att Eder suggestion skulle hafva utöfvat en så stor värkan att förmå det till en handling, om hvilken det absolut icke var medvetet. Ehuru det icke skall kunna erinra sig något hvad Ni sagt, skall det dock inse, att det gjort något skenbart narraktigt på Er suggestion, och Ni skall finna såväl i sådant, som äfven många andra fall, att det icke berör Edert subjekt angenämt, att måsta göra som en maskin hvad Ni befaller; det skall frambära alla möjliga ursäkter för att synas så, som om det noga hade vetat af, hvad det hade gjort. I sådant fall säger man om subjektet, att det har handlat under en efter-hypnotisk suggestion. Denna art af försök tillåter ett stort antal olika suggestioner, så att vi äro väl berättigade att på detta ställe taga till tals mer än en af dess faser.

* * *

Suggestionernas stärkande. — För att vidare befordra den efter-hypnotiska suggestionens invärkan, är det att rekommendera att sätta den i förbindelse med

en af Edra egna handlingar, hvilka då skola utöfva ett dubbelt inflytande på själfva suggestionen; så t. ex. vilja vi antaga, att Ni under Edert subjekts sömn skulle säga följande: „Så snart du ser mig träda ur rummet, skall du stiga upp från din stol och ställa urets visare en half timme efter, utan att likväl påminna dig hafva gjort det. Härmed underlättar Ni ofantligt den efter-hypnotiska suggestionens invärkan, emedan Ni sätter den i förbindelse med hufvudsaken för Edert utträdande ur rummet Om man erinrar sig det egensinne, hvilket vidlåder det halft medvetna minnet, så skall man nu lätt inse, hvaraf det kommer sig, att, så snart Ni lämnat rummet, Eder tidigare uttalade suggestion inträder i subjektets vakna medvetande under formen af en impuls, emedan det icke har tillbakavisat den till först påträngda suggestionen.

* * *

När suggestionerna misslyckas. — De enda efter-hypnotiska suggestioner, hvilka icke utföras af subjektet, äro de, hvilka detsamma hade tillbakavisat vid tidpunkten, då de blefvo det förelagda. Är suggestionen en gång antagen, och det blifvit tillsagdt om dess utförande, så skall hvarje afgifven efterhypnotisk suggestion alltid punktligt blifva utförd, och det skall vanligen bokstafligen noggrant lyckas att utföra densamma. När Ni likväl vill påtvinga subjektet en suggestion, som värkar frånstötande eller strider emot grundsatserna för dess moral, skall det genast tillbakavisa den, när den förelägges, och den skall aldrig göra ett helt intryck på dess halfva medvetande, emedan den just stött på motstånd.

* * *

Suggestioner kunna tillbakavisas. — På det att en suggestion må blifva värksam, måste den fast blifva trodd af subjektet och faktiskt blifva emottagen af detsamma. Visserligen måste man medgifva, att helt

motsatta suggestioner blifva i många fall emottagna för subjektets väsen, och att subjektet ofta emot sin egen vilja blef föranlåtet att utföra saker, som det i vaket tillstånd absolut icke skulle hafva utfört. Enligt min erfarenhet blefvo mycket frånstötande suggestioner i efter-hypnotiska fall likväl afvisade af subjektet, trots experimentatorns tvång, om äfven den ifrågavarande suggestionen skall påtvingas huru mycket som helst, så snart de förekommo det vedervärdigt för sina frånstötande egenskapers skull. Ett subjekt skall visserligen mången gång i operatörens närvaro äfven då utföra den af honom emottagna ingifvelsen, när den gäller handlingar, hvilka det aldrig skulle hafva utfört i vaket tillstånd; det skall likväl icke i hypnotisörens frånvaro utföra handlingar, hvilka äro motbjudande för detsamma och strida emot dess karaktär, alltså då efterhypnotiska suggestioner vanligen skola verka. Detta faktum förenklar ofantligt förfarandet och ställer detsamma på en solid grundval.

* * *

Tidens längd, under hvilken dessa försök hålla stånd. — En af subjektet engång emottagen efter-hypnotisk suggestion kan gifva anledning åt detsamma att handla därefter, efter en vecka, en månad, ja, till och med efter ett år från dagen, då den ägde rum och sådana suggestioner fasthållas för det mesta troget, i det man öfverhufvudtaget punkligt lyckades utföra dem på den bestämda tiden. Detta faktum är äfven att återföra till det halftmedvetnas utomordentliga erinringsförmåga.

* * *

Den såkallade ögonblickliga hypnotismen. — Denna art hypnotism utgör en mycket vanlig nu för tiden förekommande form af efterhypnotisk suggestion, som synnerligen ofta utan omväxling finner användning vid föreställningar, hvarest den framföres af operatören på

scener, eller offentliga tillställningar. Säg t. ex. till Edert subjekt, när det just blifvit hypnotiseradt: „Så snart jag inträder i rummet och ropar till dig: „sof“ — hvad du än må hafva för afsikt att göra — skall du lämna saken och insomna.“ Värkan skall blifva, att försökspersonen, hvad hon än må hafva företagit sig, faller i ett tillstånd af djup sömn i samma ögonblick, hypnotisören inträder i rummet och befaller henne att sofva.

* * *

Huru subjektets motstånd öfvervinnes. — Någon gång skall ett motstånd förskaffa sig gällande betydelse hos subjektet emot inflytandet; då blir operatören i alla afseenden ställd på prof, om han förstår sin uppgift eller därvid råkade i förlägenhet. I första fallet, eller med andra ord, när han samlat tillräcklig erfarenhet, skall han genast söka invärka på subjektet förmedelst verbalsuggestioner; han bör icke lämna det tid till eftertanke och inprägla i dess ande, att allt, som han framställer såsom skett, äfven äger rum i värkligheten. Vi antaga t. ex., att subjektet skulle hafva vägrat att antaga den af experimentatorn gjorda suggestionen och skulle skaka på hufvudet såsom tecken till afvisande och säga därvid: „Jag skall icke falla i sömn; Ni har icke makt att göra mig sömnig“; i ett sådant fall vore det mycket orätt af hypnotisören att stanna härvid och återupprepa suggestionen för söfvande. Han borde däremot lägga sin hand på subjektets panna och med andra handen tillsluta dess ögon sägande: „Du kan icke förblifva vaken, om äfven du försöker det; du har behof af att sofva, du känner dig sömnig och skall genast falla i sömn; sof endast djupt under det du står på dina fötter“. Har operatören utfört det här angifna och strukit subjektet öfver pannan med sin hand en à trå gånger, så skall det lika säkert, som två gånger två är fyra, falla i sömn.

Hvarföre ett fortsatt experimenterande af hypnotisören måste hafva framgång. — Gossar äro somnanbulister d. v. s. de äro mycket emottagliga för suggestioner. En yngling, som tidigare blifvit hypnotiserad, kan därföre lätt åter föras under hypnotiskt inflytande. Är hans motstånd fullständigt öfvervunnet, så beror det endast af operatören att riktigt förstå sig på att låta suggestionen intränga i hans hjärna. Hvar och en är befogad att åter försätta ett af honom tidigare engång redan hypnotiseradt subjekt i hypnotiskt tillstånd. Det enda undantaget från denna regel förekommer endast, då det hos subjektet framträder en stark känsla af nervositet vid dåligt förlopp och dåligt val af suggestion, i hvilket fall ingen, hvarken den förste hypnotisören eller någon annan, mera skulle kunna hypnotisera subjektet med samma medel. Jag har själf gjort denna erfarenhet flere gånger i min praktik, men resultatet framkallades hvarje gång genom en nervös retlighet, som uppstått genom ett illa utfördt försök på patienten.

* * *

Hvari faran ligger. -- I alla de fall, då operatören icke mera kan uppväcka sitt subjekt, ligger felet hos operatören, icke hos subjektet. Så snart experimentatorn försöker vilja inprägla i subjektets hjärna någon suggestion, som strider emot dess natur och skulle blifva tillbakavisadt af det i vaket tillstånd, kommer det ständigt till ett af följande resultat; endera skall subjektet genast vakna, eller skall det falla i ett mycket djupt sömntillstånd, i hvilket öfverhufvudtaget operatörens suggestioner icke mera kunna hafva någon värkan på honom. Subjektet skulle då fullkomligt motsätta sig befallningen att vakna och att försöka att befria det från sömnen med vanliga för uppväckning använda medel, vore lönlös möda.

* * *

Huru bör man förfara i sådant fall? — Skulle ett sådant fall yppa sig inom Eder egen praktik, gifves det endast en väg att hjälpa sig ut därifrån. Ni måste lämna patienten fullständigt allena. Han måste fullkomligt öfvervinna sömnsjukan och vakna, då det behagar honom själf. Man bör icke försöka väcka honom, och hans beröring med en annan person måste helt och hållet afhållas. Ni kan lägga Eder hand på hans panna och därvid yttra ingripande: „Såsom jag ser, vill Ni nu icke vakna; sof endast lugnt vidare, så länge Ni känner behof däraf. När Ni då vaknar, skall Ni befinna Eder fullkomligt väl och vara befriad från all nervositet. Inga menliga följder skola utvecklas från en sådan sömn och Ni kan vakna, när det behagar Eder". När Ni nu lemnar Edert subjekt allena, skall hans natur komma Eder till hjälp och så att säga återföra honom upp ur djupet af det halftmedvetna lifvet till medvetandets yta; det skall endast lända honom till fördel.

* * *

De efterhypnotiska suggestionernas vikt. — Af alla i hypnotismen förekommande företeelser är väl den efterhypnotiska suggestionen den mest värdefulla, emedan den utöfvar en varaktig värkan på det halftmedvetna tillståndet. De vanliga, hos subjektet inpräglade suggestionerna, såsom t. ex. „Ni skall vid uppvaknandet befinna Eder mycket bättre, och denna förbättring skall blifva varaktig", äro ju strängt taget icke annat, än efterhypnotiska inflytanden, ty därvid är fråga om ett andligt tillstånd, som först skall inträffa efter hypnosen. Ur dessa omständigheter framgår tydligt af sig själf den efterhypnotiska suggestionens stora vikt, och läsaren skall lättfattligt förstå dess förträffliga invärkan.

XII LEKTIONEN.

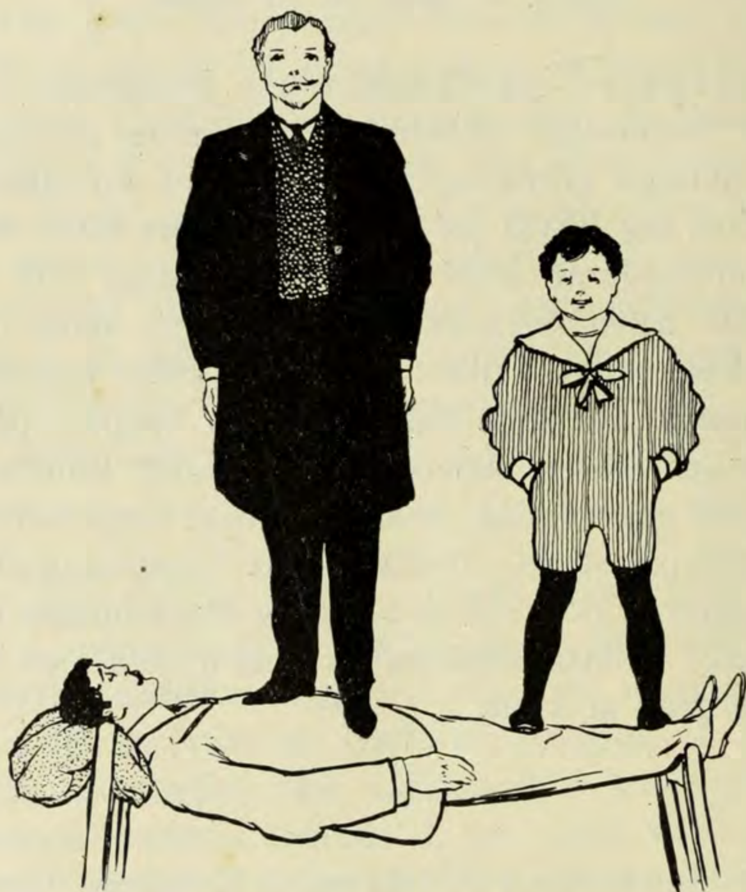
Katalepsins stadium. — Huru densamma tillföres. — Faran för detta tillstånd. — Stadiet blir ett viljelöst.

Katalepsins (stelkrampens) stadium. — Det gifves ett hypnotiskt tillstånd, bekant under namnet katalepsi, af hvilken göres mycket bruk vid föreställningar, men hvilket jag likväl på det bestämdaste måste förkasta och rekommenderar Eder att icke beakta. De läsare, som redan hafva bevistat sådana nöjen, skola minnas konststycket, enligt hvilket helt svaga, klent byggda män och kvinnor kunde taga flere centners tyngd uppå sig, när de af operatören blefvo lagda i vågrät linie emellan tvenne bord eller dylikt, hvarvid endast deras hufvud och fötter blefvo pålastade. Detta är ett förstyfningstillstånd af muskulaturen och vid stor öfning förekommer det, att vissa subjekt i detta hänseende kunna utveckla en mycket betydande grad af kraft.

* * *

Huru densamma tillföres. — Katalepsi framkallas på följande sätt: Vi antaga, att operatören arbetar med samma gosse, hvilken han försatte i sömn på grund af de innehållsrika lärdomarna i föregående lektioner, och hvilken han lät genomgå åtskilliga sinnesförvillelser och säger till honom, sedan han med händerna strukit honom längs hela kroppen på båda sidor från hufvudet till fötterna: „Du skall nu blifva alldeles styf; du är icke mera någon gosse; du är nu en järnstång och det blir dig omöjligt att böja din kropp. Hvart jag än skall lägga dig och

huru jag än må behandla dig, skall du blifva lika styf som ett lik.“ Sedan fattar operatören tag i ynglingen, som nu har sjunkit ihop alldeles styf i hans armar och lägger honom emellan två stolar så, att hans hufvud ligger på den ena och fötterna på den andra karmen; därmed har det lyckats operatören att framkalla ett typiskt tillstånd af katalepsi, såsom det vanligen visas vid före-



Katalepsi, framställd på skådeplatsen.

ställningar. Härvid skulle man finna, att gossens pulsslag äro påskyndadt; men förutom denna företeelse skulle man märka ingenting af den genomgångna ansträngningen, som ynglingen hade att utstå. Operatören skall ännu vidare suggerera honom: „Du känner icke minsta ansträngning. Du skulle nu kunna bära hvarje tyngd, som jag skulle lägga på din kropp.“ Värkan af detta experi-

ment gör nu i alla fall ett förvånansvärdt intryck på åskadåren. Han skall eventuelt försöka genomföra experimentet på sig själf i vaket tillstånd, hvarvid han till sin stora öfverraskning komme att märka, att det icke skall lyckas honom att försätta sig i ett sådant läge ens med allra största viljekraft.

* * *

Faran för detta tillstånd. — Om ock katalepsins fenomen bildar ett utomordentligt kraftigt bevis på den stora kraft, som kan förlänas kroppen medelst suggestion, är likväl ett sådant experiment verkligen förenadt med en stor fara, en fara, som mig veterligen af ingen operatör omnämnts och i ingen af de hittills publicerade läroböckerna för hypnotism beskrifvits. Faran ligger däri, att vanan att anstränga musklerna till en varaktig stelhet, lätt kan föra därhän — såsom ock brukar förekomma vid andra vanor — att den vidlåder den framställande, och den gamla historien om trollärjungen, som kallade på andarne och sedan icke kunde blifva kvitt dem igen, kunde inträffa.

* * *

Detta stadium blir ett viljelöst. — Faran af en fortsatt öfning af katalepsi är den, att subjektet under den naturliga sömnen skall drömma, att det befinner sig på teatern och att operatören skulle hafva framkallat stelkramp hos detsamma. Följden är, att det under den naturliga sömnen skall öfvergå i ett tillstånd af fullkomlig muskelstyfhet, som kan räcka flera timmar. Det torde vara nästan omöjligt att befria det därur. Sådana muskelansträngningar skola likväl göra intet godt och nervsystemet skall i ögonen fallande grad störas genom

fortsättandet i dylikt tillstånd. Ett bland de bästa katalepsi-subjekt, som nånsin blifvid sedt på en amerikansk teater, befinner sig för närvarande i en i Osten liggande dårvårdsanstalt, där det ofrivilligt råkade i ett kataleptiskt tillstånd, hvartill ännu sällade sig en höggradig störing af nervsystemet, som självfallet var förorsakadt genom föregående muskelansträngning af samma slag. Några af de mera underordnade försöken af katalepsi skola ej skada någon, men hvarje experiment, som innesluter i sig mer eller mindre brutalitet, skall sannolikt taga hämnd på operatören, men borde i alla fall medföra allvarliga följder.

XIII LEKTIONEN.

Det genom hypnotismen åstadkomna stärkandet af muskelkraften. — Dess verkan, skärpandet af de mänskliga sinnesförmögenheterna. — Behandling af hufvudvärk. — Lindrandet af smärtan, vetenskapligt grundadt. — Att göra botandet varaktigt. — Tillvägagående vid fall af reumatism.

Det genom hypnotismen åstadkomna stärkandet af muskelkraften. — Hvarje försök i den vägen skall visa, att hos flere af hypnotisismens subjekt den fysiska kraften på ett alldeles underbart sätt tilltagit. Vid en hypnotisk suggestion blifver ett sådant subjekt ibland så starkt, att det förmår upplyfta från marken tunga föremål, hvilket under normala förhållanden icke vore möjligt.

* * *

Dess verkan, skärpandet af de mänskliga sinnena. — På samma sätt förmår man t. ex. så uppöfva luktsinnet förmedels suggestionen, att ett subjekt redan på långt afstånd kan upptäcka och känna lukter, hvilka ännu alls icke äro förnimbara för andra, vakna medlemmar af sällskapet. Likaså kan synförmågan ansenligt skärpas, så att subjektet kommer att kunna läsa en ytterst fin tryckt skrift, hvartill det i vaket tillstånd skulle behöfva starka förstoringsglas. Slutligen kan också hörselsinnet blifva så skarpt, att t. ex. en annars döf person kommer att alldeles tydligt kunna höra urets tickande på några stegs afstånd. Man kan häraf inse, huru nyttiga dessa fakta äro för den läkare, som vill bota sina patienter genom att betjäna sig af hypnotismen. Flere fall af döfhet hafva just blifvit botade förmedels hypnotismen.

Vid sådana tillfällen gäller det att så mycket som möjligt lifva verksamheten hos de nerver, som höra till hörselsinnet, så att de vida öfverskrida den verksamhet de utöfva i det dagliga lifvet. Alldeles lika förfar man med den optiska nerven, i det man medels suggestionen stärker den så länge, tills den förmåga att se, som man saknat, återställes och t. o. m. blindheten blir aflägsnad. Om patienter skola blifva behandlade medels hypnotismen i och för botandet af oregelbundenheter, förordas städse det förfarande, att under hypnotismen med händerna beröra de kroppsdelar, som blifvit angripna.

* * *

Behandling af hufvudvärk. — Vid behandlingen af hufvudvärk är det bra, att flere gånger med händerna stryka öfver patientens hufvud och därvid flere gånger uttala suggestionen, att hvarje blodkongestion må försvinna, att smärtan genast må upphöra och icke återvända; i synnerhet rekommenderas, att kraftigt stryka öfver hufvudskålen med fingrarna, i och för återställandet af dess förra tillstånd. Det har först nyligen genom experiment blifvit fastställdt, att hypnotismen i allmänhet botar hufvudvärk genom att upphäfva den spänning uti nerverna, som synes åtfölja hypnosen. Detta upphäfvande eller åtminstone denna minskning af förhanden varande spänning skall meddela sig med blodkärlen, hvarigenom blodkongestionen gifver vika, och på detta sätt skall den förorsaka, att den smärta, som framkallats af blodets tryck på nerverna, aflägsnas. Vill man bota reumatismen medels suggestionen, så är det ingalunda nog att säga åt patienten, att hans reumatism numera har försvunnit och icke mer kommer att återvända. Man skall snart finna det vara möjligt, att under hypnotismen lägga handen på en inflammerad led, hvilken man säkert icke utan att förorsaka patienten största smärta skulle kunna beröra,

då denne befinner sig i vaket tillstånd. Under hypnotismen kommer man icke att känna den framkallade smärtan, som af den inflammerade leden fortplantas till hjärnan och af denna öfverföres till medvetandet. Eder suggestion, att i kroppsdelen i fråga ingen smärta funnes, bevisar sig vara den verksammare af bägge dessa biinflytanden. Det är denna befallning hjärnan närmast öfverför till medvetandet och som detta sedan antager som utförbart d. v. s. verkligen lyder.

* * *

Lindrandet af smärtan, vetenskapligt grundadt. — Det anförda resultatet är det enkla afbrottet uti det föreningsmedel, som förefinnes emellan hjärnan och det sjuka stället, smärtan må nu sedan härröra från armbågen, knäet, handleden eller från någon annan kroppsdel. På grund af denna princip blifva alla de kurer, som genomgåtts medels hypnotismen och som gälla de delar af kroppen, hvilka inflammerats, krönta med framgång. Befallningen om ett smärtfritt tillstånd är det, som meddelas hjärnan och som afskär förbindelsen emellan det föregående tillståndet af smärta och medvetandet så, att smärtan absolut icke längre kan vara känbar.

* * *

Att göra botandet bestående. — Den makt, som ligger förborgad uti den hypnotiska suggestionen, gifver oss ett medel i handen, att göra det smärtfria tillståndet bestående, i det man säger: „Din smärta är nu alldeles försvunnen; den skall icke mer återvända“. Medels denna suggestion fortsätter Ni att afbryta den nämnda förbindelsen emellan hjärnan och det ställe, där smärtan koncentrerat sig, och det kommer att ske, att smärtan genast försvinner. Skulle densamma — hvilket ju ofta är fallet — trots Eder betonade suggestion om motsatsen,

ändå återvända, så är det nödvändigt, att ånyo hypnotisera patienten och upprepa suggestionen; härvid må man fasthålla det, att denna kurmetod är den enda, som förblifver naturlig. Slutligen måste denna metod uppnå ett resultat, emedan den är naturens egentligen rätta kurmetod. Det är utan någon betydelse, huru ofta sjukdomssymptomen åter upprepas eller ånyo inställa sig: under den hypnotiska behandlingen måste de märkbara yttringarna af desamma blifva allt mindre och svagare, tills de slutligen helt och hållet drifvas ut ur kroppen. Dock kunna visserligen ännu de här beskrifna metoderna för behandlandet af hufvudvärk och reumatism förmedels hypnotismen på annat sätt genomföras.

* * *

Förfaringssättet vid fall af reumatism. — Behandlingen af reumatism borde enligt min åsikt oåterkalleligen begynna med att bearbeta den angripna kroppsdelen, och därefter småningom göra detta allt kraftigare. Så t. ex. om sätet för smärtan, isynnerhet inflammeringen, befinner sig i armen, i det man till en början varsamt rör den ifrågavarande armen fram och tillbaka, blott så småningorn ökande trycket, senare mer och mer med tvång, i det man fortsätter med patienten och på ett positivt sätt inpräglar hos honom, att smärtan helt och hållet skall försvinna och aldrig återvända. Jag har gjort den erfarenheten, att det nästan alltid vid den första behandlingen genast är möjligt, att medels suggestionen bringa det därhän, att patienten utsträcker sin arm i hela dess längd, fastän han förut förklarade, att blotta tanken på att röra armen redan vållade honom smärta.

XIV LEKTIONEN.

Ett värdefullt tillvägagående. — Verksam vid operatörens frånvaro. — Hypnotismen på långt håll.

Ett värdefullt tillvägagående. — Erinrar man sig ännu metoden för framkallandet af förhypnotiska



suggestioner, så kan man numera öfvertyga sig om, att man förmår frambringa ett alldeles egendomligt bevis på dess makt, ett bevis, som särskildt är egnadt att inprägla sig hos patienten.

Härvid måste operatören stå i fortsatt umgänge med subjektet ungefär på följande sätt: Till först föranleder

han detsamma att sofva, och om han är öfvertygad om, att personen befinner sig under hans inflytande, säger han till denne: „Jag gifver Dig nu en talisman, som vid hvilken tid som helst skall förskaffa Dig en sund, uppfriskande sömn, ifall Du är i behof däraf. Det är därvid alldeles likgiltigt, om Du skulle hafva än så stor lust att vaka; så snart Du blott drager fram denna talisman ur fickan eller tager fram den från något annat ställe och riktar Din blick på densamma, så skall Du genast falla i en tung sömn". Nu skrifver operatören på en bit papper eller hellre på sitt eget visitkort med tydliga bokstäfver ordet „sof". Han befaller sedan subjektet att se på papperet eller kortet, som han stuckit i dennes hand och upprepar för honom eftertryckligast, att han genast obetingadt kommer att falla i en djup hypnotisk sömn, för hvarje gång han blickar på ordet eller kortet. Äfven säger ledaren till honom, att han hvarje gång skall förnimma dennes stämma, som tillropar honom befallningen „sof".

* * *

Verksam vid operatörens franvaro. — Det är i alla fall rådligt, att åt de patienter, som lida af sömnlöshet, lämna ett kort med ordet „sof", emedan, så egendomligt det än må låta, den patient, som en längre tid, kanske halfva natten, regelbundet försökt insomna, genast insomna, om han finner talismanen och hans blickar falla uppå denna. Jämnvikten uti nervsystemet är återställd, och han kommer genast att insomna. Men en alldeles särskild egendomlighet döljer sig i detta försök: den tid som förflutit, sedan talismanen lämnades åt patienten, spelar nämligen ingen roll vid det inflytande papperet eller kortet utöfvar på patienten. Fem år kunna likaså godt hafva förflutit som en enda dag, verkan blir densamma.

* * *

Hypnotismen på långt håll. — Man kommer lätt att göra den erfarenheten, att vid fall, då det lyckats en person att upprepade gånger försänka ett subjekt i sömn, vi säga 2 à 3 gånger, så att detta blir fullt förtroget med stämman och sättet för hans suggestioner, så skall det blifva personen i fråga möjligt att genom telefonen eller genom ett bref likaså söfva detta subjekt, som stode detsamma framför honom.

XV LEKTIONEN.

Hypnotismens värde för läkaren. — Huru läkaren kan använda suggestioner. — De verkningar, som uppstått af denna. — Här är icke att göra några försök. — Den medicinska fakultetens förhållande till hypnotismen. — De enklaste medel utöfva det största inflytande.

Hypnotismens värde för läkaren. — I en läkares praktik erbjuder sig dagligen tillfällen, att använda hypnotismen som läkemedel, och det är välbekant, att läkare i våra dagar redan i många fall betjänat sig af dess fördelar. Hvarje läkare vet också ur sin praktik, att det gifves vissa fall af smärta och sömnlöshet, som följa på en öfverretning i hjärnan, för hvilken medicin absolut är utan verkan, men för hvilken dock mycket ofta morfininsprutningar användas, hvilka utmärka den farliga begynnelsen till den därpå följande vanan vid morfinbegäret. För läkaren är den hypnotiska suggestionen här anvisad som den bästa, för att han skall kunna blifva herre öfver alla dessa fall, undantagande, om patienten just befinner sig i ett stadium af delirium. Det är därvid öfverflödigt att öfverhufvudtaget nämna ordet „hypnotism“, emedan detta ord har en mycket upprörande inverkan på patientens nerver, och emedan det hos dem, som icke känna till hypnotismens väsen, är i dåligt rykte.

* * *

Huru läkaren använder suggestionen. — Läkaren sätter sig helt enkelt bredvid patienten, tager hans hand i sin och säger till honom i en lugn men bestämd ton: „Det är bättre att icke på förhand gifva Eder någon

medicin. Jag känner en metod att fullständigt befria Eder från Eder smärta och förskaffa Eder en sund och uppfriskande sömn. Ni behöfver icke hysa någon fruktan eller bäfvan; det är nog om Ni noga följer det jag kommer att önska af Eder. Håll till först ögonen stadigt riktade på mig, och låt Eder blick icke under några omständigheter irra bort från mina ögon. Jag skall förjaga smärtan från Eder, och Ni kommer snart att känna Eder sömnig och falla i en lugn sömn.“ Härpå borde läkaren med patienten noga använda samma suggestion, sådan den beskrifvits i föregående kapitel, och härvid hålla för ögonen de fakta, att i föreliggande fall de försök icke äro nödvändiga eller värda att rekommenderas, hvilka gå ut på att medels suggestioner göra patientens ledmassa styf.

* * *

De verkningar som uppstå däraf. — Nästan omedelbart efter det läkaren uttalat suggestionen kommer patientens smärta att i betydtig grad minskas, och då mottagligheten för suggestioner med smärtans upphörande alltmer ökas, så är det klart, att de nu följande suggestionerna komma att utöfva en städse djupare inverkan på hans hjärna, så att patienten mycket snart kommer att falla i ett hypnotiskt tillstånd. Så snart detta inträffar, bör läkaren låta patientens hand, som han hittills fasthållit, nedfalla och därefter på ett lugnt sätt upprepa den formel, som skall förskaffa patienten den sunda och uppfriskande sömnen, och säkert skall han vakna stärkt och upplifvad, fri från hvarje smärta. I alla dessa fall är det öfverhufvudtaget icke nödigt att om också endast göra ett försök att framkalla en muskulär verksamhet. Det är icke ens erforderligt att säga åt patienten: „Ni kan öppna Edra ögon“ eller dylikt.

* * *

Här är icke att göra några försök. — Man måste städse erinra sig, att försök eller prof härvid icke äro tillåtna. Man får nöja sig med en positiv suggestion och med uppfordran till patienten att icke ens för ett ögonblick taga sina ögon ifrån läkarens ansigte. Såväl lindrandet af smärtan som den därpå följande sömnen hafva åstadkommits genom den lugnande inverkan på nerverna, och denna inverkan betryggas genom denna nya handlingsmetod; som en omedelbar orsak kunde man beteckna det faktam, att patientens uppmärksamhet länkas från hans smärta och riktas på andra ting. Patientens uppmärksamhet, som till en början är kringirrande, måste skarpt riktas just på den företagna behandlingen, och då den mänskliga hjärnan enligt erfarenheten icke samtidigt kan hängifva sig åt olika rörelser i samma mått, så skall patienten naturligtvis vara böjd för den rörelse, som synes honom angenämare och som leder till återställandet af hans hälsa. Han skall därefter vara böjd för att öfverlämna sig åt läkarens suggestion, och om denne upprepar sina ord, kommer en positiv uttalad effekt att vinna inträde uti patientens hjärna, hvilken effekt genom hjärnans verksamhet ensamt tillförsäkrar ett resultat, som icke kunde ernås med de kraftigaste mediciner.

* * *

Den medicinska fakultetens ställning till hypnotismen. — Det vore i alla fall högst önskvärdt, att hvarje läkare i landet skulle förstå enkelheten uti den hypnotiska suggestionen och rikligt använda den; men tyvärr är detta icke fallet, ty hans tankar äro så till den grad riktade på det materiella, att han blott skulle skratta åt en ny behandlingsmetod, som är så utomordentligt enkel och fri från allt hemlighetsmakeri. Egendomligt nog, att det blifvit en olycksalig regel vid mänsklighetens ömsesidiga hjälpande, att bedöma

ingripandet uti naturläkekonstens heliga lag enligt måttstocken för, hvilken som synes gifven genom obehagligheter och svårigheter vid utförandet. Vi äro vana att betrakta en operation som mer eller mindre betydelsefull, allt efter den fara den medför. Likaså bedöma vi ett medikaments värde efter den skada det utöfvar uppnå cellväfnaderna uti kroppen och efter dess giftiga beskaffenhet, om det intages i större mängd.

* * *

De enklaste medel utöfva det största inflytande. — Tills dato vilja vi icke, emedan vi icke förstå det, tillstå, att de enklaste medlen äfven äro de bästa och utöfva den största inverkan, och att suggestionens makt visar sig vara den betydelsefullaste faktorn vid försöket att återvinna lycka och hälsa, eller illa använd äfven medför olycka och sjukdom. Förståndet har alltid beherskat kroppen och skall för evigt behålla öfverhanden. Vår sträfvan borde därför gå ut på att finna en läkekonst, som närmast befattar sig med förståndet, för att sedan utgående från detta inverka på kroppen.

XVI LEKTIONEN.

Huru utöfva inflytande på nervösa fruntimmer. — Metoden för räknandet. — Hvarför har denna metod framgång? — Studera dina patienter! — Låt dig aldrig bringas ur fattningen! — Värdet af en omvexling uti metoderna.

Huru utöfva inflytande på nervösa fruntimmer. — Bland de många metoderna för hypnotiserandet af nervösa fruntimmer gifves det ett af mig själf uttänkt förfarande, som jag redan sedan många år med framgång användt. Strängt taget framställes uti förfarandet en metod för hypnotismen, sådan den borde utöfvas blott emellan operatören och den kvinliga patienten; men den skulle vara alldeles särskildt ägnad att bringas till tals uti det kapitel i denna bok, som behandlar terapeutiken.

* * *

Metoden för räknandet. — Läkaren låter sin patient lägga sig uti en bekväm ställning på en soffa och gifver därvid följande direktiv: „Fullgör nu noga det jag föreskrifver Eder! Jag skall söfva Eder genom att blott framsäga tal, och då jag räknar för Eder, öppnar och tillsluter Ni vexelvis ögonen. Tillslut nu först Edra ögon och behåll dem slutna till dess jag börjar räkna. Så snart jag börjar räkna, öppnar Ni därefter Edra ögon för en sekund, i det Ni ser på mig, sedan sluter Ni dem åter. Räknar jag därpå „två“, så öppnar Ni åter ögonen för en sekund, ser på mig och tillsluter dem ånyo o. s, v.“ Härpå räknar läkaren rätt långsamt från talet 1—20 och gör efter hvartannat tal hvarje gång en paus af

5 sekunder. Så begynner han ånyo med „ett", men låter nu 15 sekunder förflyta mellan hvartannat tal. Enligt min erfarenhet synes det icke hafva varit nödvändigt att använda denna metod längre än till den tredje serien, emedan patienten genom ansträngandet af den afledda uppmärksamheten vid det noga efterföljandet af min direktiv och till följd af sin ifver att komma till rätta med denna enkla öfning, blir så ovanligt sömndrucken, att hon under några lugnande suggestioner genast faller i en djup sömn.

* * *

Hvarför har denna metod framgång? — Det nya systemets filosofi beror närmast därpå, att den uppgift som förelagts patienten är af högst enkel natur, men ändå håller hennes uppmärksamhet vaken, tills hon blir sömndrucken. Sedan framkallar själfva höjandet och sänkandet af ögonlocken närmast en tung känsla uti dessa, hvilket väl mest bidrager till att framkalla sömnen. Det faktum, att patienten håller sina ögon slutna gör väl slutligen patienten mottagligare för sömnsuggestionen och idén att sofva; genom att sluta sina ögon är patienten förhindrad att förströ sina tankar genom att blicka på obekanta föremål. Läkare hafva själfva meddelat mig, att det lyckats dem att mycket hastigt försänka patienten i en tung sömn. Det vore ett stort misstag, om man ville påstå, att en person icke kunde bringas under ett inflytande, blott emedan en viss metod icke gör något intryck på henne. I dylika fall måste operatören blott försöka med en annan metod.

* * *

Studera dina patienter! — Den olika karaktären hos en manlig eller kvinlig patient måste städse tagas i betraktande, då det gäller att bestämma mottagligheten för

suggestioner, och i den stränga hypnotismen måste det nya såväl som hvarje rörelse anses som en störande faktor. Läkaren må därvid på intet vis undra öfver att hans patient, sedan han flere upprepade gånger försökt söfva henne, säger till honom, att hon på intet vis känner sig berörd af hans behandling. Härvid bör läkaren blott helt lugnt och enkelt konstatera, att patienten, som varande en mänsklig varelse, dock måste vara mottaglig för hypnotismen; det gäller blott att finna rätt på den metod, som just skulle utöfva inflytande på henne.

* * *

Låt dig aldrig bringas ur fattningen! — En af hemligheterna för vinnande af hypnotisk framgång består uti att aldrig förlora modet och att medgifva möjligheten till ett misslyckande. Det rekommenderas att låta en patient, som visar absolut ingen böjelse för att lyda sömnsuggestionen, medan han ligger på en soffa eller sitter i en länstol, ställa sig upprätt och därefter befalla honom att sluta ögonen, hvarpå läkaren sedan medels magnetiska streck kan söfva honom. Bäst är, att läkaren ställer sig bakom patienten och med händerna stryker honom från hufvudet ända ned till fötterna, medan han använder den redan beskrifna verbalsuggestionen, hvarefter patienten kommer att falla baklänges och ett sömndrucket tillstånd griper honom med stor makt, tills han slutligen verkligen förlorar jämnvikten och faller baklänges i läkarens armar.

* * *

Värdet af en omvexling uti metoderna. — Genom en omvexling uti metoderna för bringandet af ett subjekt i djup sömn eller somnambulism, har man redan ofta bringat sådana försökspersoner därhän, fastän man hittills varit berättigad att anse dem som fullkomligt passiva subjekt. Förklaringen härtill är att söka däruti, att det icke gifves

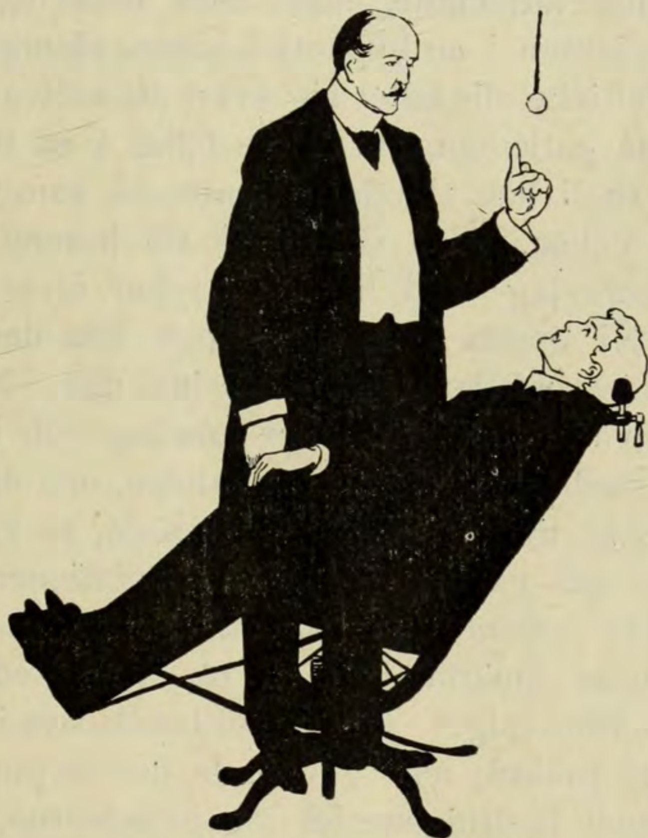
två personer, som, hvad utseende och karaktär vidkommer, vore hvarandra fullkomligt lika, och att det lika litet gifves en metod för hypnotiserandet, som skulle utöfva samma inflytande på alla personer. Men ur de många hållpunkter, som gifvas en i denna bok, skall man väl kunna finna en metod, som lämpar sig för hvarje särskildt fall, personen i fråga må nu framställa sig som normal eller onormal. Hypnotismens hemlighet består väsentligen uti, att i en annan persons hjärna framkalla ett bestämdt intryck; härvid skall en ihärdig uthållighet uti att uppsöka metoder alltid föra till målet.

XVII LEKTIONEN.

Användandet af hypnotismen uti tandläkarekonsten. — Det glänsande föremålet som hjälpmedel för metoden. — Undvik ordet „hypnotism". — Orsaken, hvarför tandläkare icke hylla hypnotismen.

Användandet af hypnotismen uti tandläkarekonsten. — Uti en läkares praktik erbjuder sig talrika tillfäller, då han kan använda den hypnotiska suggestionen vid opererandet af patienterna såsom medel för att befria dem från smärta, isynnerhet om det gäller att skona tandköttet. Dessa medel få också erkännande af dem, som äro förtrogna med hypnotismen och förstå dess användning. Men tandläkare tillhöra nästan genomgående den kategori af personer, som föredrager att använda skadliga, bedöfvande preparat, kokain o. d. i stället för att de med tillhjälp af det naturliga förfaringssättet, hvilket sistnämnda så att säga är inneboende hos hvarje människa, skulle framkalla analgesi (ett smärtfritt tillstånd). Förmågan att öfvervinna smärta är hvarje individ gifven, och man kan säga, att användandet af bedöfningsmedel för detta ändamål är liktydigt med ett intrång uppå naturens lag, och hvilket ofta senare kommer att hämna sig. Det gifves nu för tiden ingen vana, som vore skadligare och svårare att bekämpa, trots det att den nu tyckes vara i begrepp att i alldeles förvånansvärd grad tilltaga, som vanan att intaga kokain. Den alltmer öfverhand tagande, numera af läkare nästan allmänt brukliga användningen af kokain, förtjänar sedan länge tillbaka att ställas under uppsikt af staten. Blott få personer känna till det faktum, att kokain nu för tiden kräfver flere offer än alkohol.

Det glänsande föremålet som hjälpmedel för denne metod. — I hvarje tandläkares atelier finnes ett större antal polerade silfver- och nickelföremål, såsom skifvor, instrument o. d. Hvarje glänsande föremål är mer ägnadt att fängsla patientens uppmärksamhet än ett dunkelt sådant. För att läkaren vid en tandoperation med framgång må kunna lindra smärtan eller helt och



Användandet af suggestionen vid tandoperationer.

hållet förjaga den, uppmanas han att med afseende å patienten helt enkelt göra bruk af starkt påträngande verbalsuggestioner, i det han närmast uppmanar patienten att fästa sin blick på ett ca. 2—3 cm stort föremål, som för detta ändamål befinner sig på omkring 2 fots afstånd från honom.

* * *

Undvik ordet „hypnotism“. — Vid detta tillfälle är det alldeles onödigt att nämna uttrycket „hypnotism“, ja det vore t. o. m. ett stort fel af tandläkaren, om han ville sätta ordet „hypnotism“ i samband med det som nu följer. Han borde blott helt enkelt inprägla hos patienten det faktum, att denne, om han följer läkarens direktiv, så att säga icke kommer att känna någon smärta vid den följande operationen. Läkaren kan använda samma förfarande, som nyss beskrifvits, för att försänka patienten i en hypnotisk sömn. Han kommer att finna, att det icke alls faller sig svårt att utöfva ett sådant inflytande på patienten, att denne faller i en tung sömn. Men därpå skall han tilltala patienten så, som vore denna fullkomligt vaken. Han skall säga till honom:

„Så snart jag med handen stryker öfver Edert ansikte, bör Ni öppna Eder mun och låta den förblifva öppen, tills jag befaller Eder att tillsluta den. Ni kommer att känna hvarken smärta eller obehag och icke heller nervositet, medan jag plomberar tanden, och då jag säger till Eder, stig upp och skölj Eder mun, så kommer Ni därvid icke att vakna. Så snart operationen är förbi, skall Ni icke erinra Eder något. Ni kommer icke att veta af någon smärta, och en obehaglig efterkänning skall icke infinna sig.“ Om också tandläkare i allmänhet i sin dagliga praktik icke godkänna den hypnotiska suggestionen som lindringsmedel för patienterna, så gifves det nu däremot i Nord Amerikas förenta stater ett antal tandläkare, som fortsättningsvis betjäna sig af hypnotismen, och den som använder denna, kommer att med dess tillhjälp kunna utföra förvånansvärda operationer.

* * *

Orsaken, hvarför tandläkare icke offentligen hylla hypnotismen. — Tandläkare akta sig för att offentligen försvara hypnotismen, emedan okunnigheten

hos den stora publiken har det med sig, att människor frukta för att gå till en läkare, om hvilken de på förhand veta, att han använder hypnotismen vid sina operationer. En sådan läkares inkomster skulle icke allenast skadas, utan han skulle också löpa fara att blifva rättsligt förföljd. Dock få vi hoppas, att det icke mera skall dröja länge, innan hypnotismen intager den ställning, som densamma med rätta tillkommer, att lindra främmande lidanden och blifva erkänd som den största välgärning som finnes uti naturen.

XVIII LEKTIONEN.

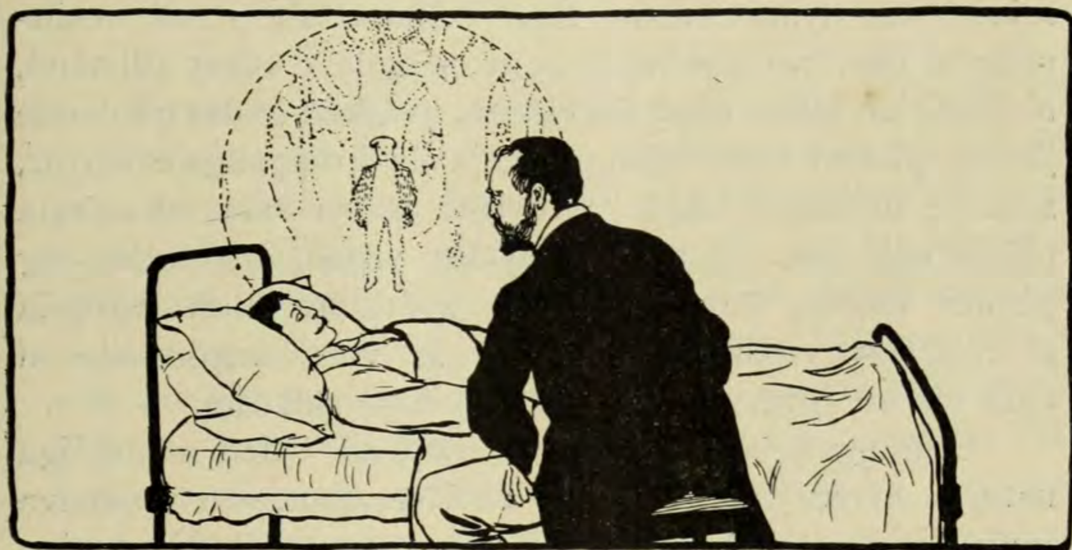
Hypnotismen som smärtöfvervinnare. — Makten inom människan. — Den dubbla natur, denna makt äger. — Stadiet af den religiösa extasen. — Vallfartsorter. — Framkallande af passiv somnambulism för lindrande af smärta. — Att försöksvis probera drömverksamheten. — Upprepandet af drömmen. — Idiosynkrasien hos den patient, som är under hypnotismens inflytande. — Komas inverkan. — En rekommendation för den djupa hypnotismen.

Hypnotismen som smärtöfvervinnare. — Vid den tiden, då dr. Esdaile i Indien utförde viktiga kirurgiska operationer under hypnotisk anästesi och dr. Elliotson gjorde detsamma i England, blef hypnotismen i hög grad ställd i skuggan på grund däraf, att man just upptäckte kloroformens värde som medel för smärtans lindrande, och den blef af det sistnämnda medikamentet så att säga fullkomligt utträngd. Medan emellertid kloroformen icke just bringat mänskligheten stor välsignelse — densamma har bortryckt flere personer, än någonsin en sjukdom skulle ha gjort — kunna vi i alla fall erkänna dess värde, om den användes med försiktighet; ja, dess anspråk på att hafva betydelse som ett välgörande, lindrande medel städfästes genom flere exempel. Men genom detta erkännande kan det icke ändras, att inom människan finnes en makt, som hindrar smärtans framträdande och nästan helt och hållet utestänger den.

* * *

Den makt, som finnes inom människan. — Då denna makt finnes inom människan själf, behöfver man blott helt enkelt framdraga den till verksamhet. Bäst

låter sig detta göra, om en andra person, medan patienten befinner sig under hypnotismens inverkan, tillhviskar honom en kraftig suggestion. Befallningen „Här må ingen smärta härska!“ är liktydig med lydnaden hos patienten, att han är ense om att icke känna någon smärta. Men ur det sagda framgår med visshet, att den i fråga varande makten finnes hos patienten själf. Densamma måste betraktas som hans egen, om den också uppfordras till verksamhet af en annan person. Han må själf icke veta något därom, han behöfver icke sätta tro därtill, om det



icke är möjligt att öfvertyga honom om, att denna makt just finnes hos honom själf. Det logiska sammanhanget uti hela denna angelägenhet är lätt att förstå, och är här utförligt antydt.

* * *

Den dubbla natur denna makt äger. — Den mänskliga kroppens krafter hafva städse en tvåfaldig verksamhet; de äro verksamma i parallella riktningar. Vi observera städse en pådrifvande och en förhindrande makt: makten att handla och makten att hämma; makten att lida och makten att förhindra lidanden. Själft det

faktum, att patienten förmår känna smärta, är ett tillräckligt bevis för att han äfven eger makt att förhindra densamma.

* * *

Stadiet af religiös extas. — Det gifves ett tillstånd af öfverspänd andlig verksamhet, som vid början af de kristnas tideräkning växte upp genom martyrerna till en alldeles särskild typ, och som framställes som mycket högre stående än den kroppsliga smärtan; ty medan de ifrågavarande personerna hyllade ingenting mindre än hypnotismen, utan befunno sig i full besittning af de förmögenheter, som de ägde i vaket tillstånd, skänkte de ingen uppmärksamhet hvarken åt det glödande järnet, pisken eller vedstapeln, ja de kroppsliga smärtor, som de måhända kände, förbyttes uti en extas af största glädje och lust. Det vore mycket vågadt att inlåta sig på den frågan, huruvida dessa svärmare blefvo gripna af religiöst vansinne, eller om de voro inspirerade af Gud för att öfvervinna den kroppsliga smärtan.

Sanningen består nu däri, att Gud i den mänskliga naturen öfverflyttat en makt att öfvervinna och upphäfva smärtan, en makt, som kan göra sig gällande i den händelse man upptäcker och använder det rätta medlet. I några fall gifves oss detta medel genom en plötslig påstötning, som framkallats af någon störande orsak. Så har det händt, att sängliggande sjuka plötsligt blifvit botade från sitt onda och kunnat stiga upp, efter det de emottagit dåliga underrättelser. Men detta medel kan äfven antaga formen af en hypnotisk suggestion, såsom då operatören utdelar befallningen, att smärtan skall försvinna.

* * *

Vallfartsorter. — Medlet må äfven visa sig under gestalten af en helgedom, såsom fallet t. ex. är med den

berömda grottan St. Anna von Beaupré i närheten af Quebeck, hvarest årligen ett stort antal sjuka samlas, för att de må blifva botade från sitt årslånga onda. Det kan äfven antaga formen af en s. k. autosuggestion eller en positiv bekräftelse, såsom detta i allmänhet är fallet vid „Christian Science“ och „De nya tankarna“. Den omständigheten, som härvid måste betonas, är att denna makt verkligen förefinnes. Den bor inom människan, och den är och förblir densamma, genom hvilka medel den än må bringas i verksamhet.

* * *

Framkallandet af passiv somnambulism för lindrandet af smärtan. — Om det gäller för läkaren att hos patienten framkalla ett smärtfritt tillstånd (analgesi), förrän denne underkastar sig en kirurgisk operation, borde han ställa patienten dagligen under 14 dagars tid under inflytande af hypnotismen och så vidt möjligt dagligen utöfva på honom samma suggestion. Sådana suggestioner kunna uttalas på följande sätt. Läkaren säger åt patienten: „Jag tror, att det i dag skall vara Eder angenämt att fara ut till landet en liten stund; vi skola nu gå ned på gatan och stiga upp i den vagn, som väntar på oss. Vi skola sedan fara genom stadens gator och vidare låta köra oss genom fälten, bort från allt larm och all äflan. Nu befinna vi oss just vid randen af en praktfull skog. Ni ser de träd, som stå framför Eder, hör fåglarna sjunga, betrakta blommorna, som växa vid skogsbrynet, och hela sceneriet inpräglar sig hos Eder som en underskön anblick. Här vilja vi stiga ur och genomströfva skogen af hjärtans lust. Ni skall betjäna Eder af den åt venster ledande gångstigen, jag vill begifva mig på den, som för till höger, och senare skola vi åter träffas. Då skall Ni berätta mig, hvar Ni varit och allt hvad Ni sett under Eder promenad.

En känsla af stor tillfredsställelse skall bemäktiga sig Eder, och lycka skall inträda i Edert inre; känslor af frihet och en välgörande tillvaro skola göra sig gällande, Ni skall öfvertygas, om att alla lidanden, alla plågor äro borta; Ni kommer att tycka Eder vara fullkomligt lycklig. Ingenting skall man hafva att anmärka på Eder. Ni skall absolut icke känna någon smärta. Ni är alls icke böjd för att känna någon smärta."

* * *

Att försökvis probera sömnverksamheten. — Härigenom framkallades hos patienten ett tillstånd af passiv somnambulism; han tror nämligen fullt och fast, att han vandrat omkring i en vacker skog. Det är ingen dröm för honom, utan det synes honom som en händelse, hvilken verkligen ägt rum, och de utbrott af lycksalighet som undsluppit honom, men i synnerhet hans förändrade ansiktsuttryck, bevisa huru stadigt han håller fast i den idé, som vaknat inom honom. Han känner sig nu, såsom det inpräglades hos honom förmedels suggestionen, fullkomligt lycklig.

* * *

Upprepande af drömmen. — Om man nu dag för dag suggererar denna dröm med patienten, om också med mindre, måhända af sig sjäf gifna omvexlingar, väcker man genom tanken på att fara till landet hos patienten en känsla af stor tillfredsställelse, och närmar sig sedan tiden för operationens företagande, vore det bra att på samma sätt upprepa suggestionen, hvilken man under 14 dagar lät honom få del af. Förrän patienten lyftas ur sängen för att placeras på operationsbordet, måste man först och främst hypnotiskt invagga honom och sedan bibringa honom suggestionen. I alla

dessa fall är det självklart värdt att rekommendera, att hafva i närheten en erfaren medhjälpare, i synnerhet om operationen är mycket smärtsam, på det att man eventuellt genast må kunna behandla patienten med kloroform, om hans nervositet skulle hafva större verkan än operatörens suggestion.

* * *

Idiosynkrasierna hos de patienter, som befinna sig under hypnotismens inverkan. — Den hypnotiska anästesin kräfver ett alldeles särskildt studium; icke två subjekt uppföra sig fullkomligt lika. I några fall inträder hos patienten ett tillstånd af djupaste letargi, så att han icke skänker förfarandet den minsta uppmärksamhet. Andra fall gifves, då han med god afsikt låter det blifva för sig angeläget att befordra operationen, genom att noga utföra läkarens anordningar enligt dennes önskan och genom att efter allt utseende att döma tyckas så intressera sig för operationens framgång, som någonsin en närvarande kunde göra det. Åter gifes det fall, vid hvilka fruktan för operationen redan ensam fördärfar hvarje inverkan af den hypnotiska suggestionen, och patienten vaknar för att fullständigt blifva utsatt för smärta. Vid sådana fall bör läkaren städse hafva kloroform till hands, om det skulle anses nödvändigt.

* * *

Komas verkan. — Fordom, då dr. Esdaile ännu förmådde försänka sina patienter i den djupaste mesmeriska sömn, antogo de sistnämnda koma-tillståndet; detta var en sömn, som liknade en djup letargi och ofta räckte 5—7 timmar. Mycket sällan hände det, att någon af hans patienter vaknade till medvetande under operationen, men skedde detta var läkarens enkla befallning nog, att genast åter försänka patienten i den

djupaste sömn. Man borde i dylika fall alltid gifva suggestionen just en sådan riktning, att den skulle förorsaka ett koncentriskt hypnotiskt tillstånd. Jag är icke af samma åsikt som vår tids operatörer, hvilka, emedan de med största lätthet kunna framkalla ett lindrigt hypnotiskt tillstånd, påstå, att detta likaså väl är ägnadt att bekämpa smärtan som en stark hypnotism.

* * *

En rekommendation för den djupa hypnotismen. — Det förtjänar omnämnas, att hittills viktiga större operationer ännu icke på ett smärtfritt sätt utförts af någon utaf de läkare, som försatt patienten i ett tillstånd af lättare hypnotism. Värdet af den djupa koncentriska hypnotismen består hufvudsakligen däri, att, då patienten är försänkt i djup sömn, det för operatören blir möjligt att tvinga dennes hjärna till lydnad, hvarigenom suggestionen, att han icke skall känna någon smärta, antages som fullkomlig sanning. Vid den lättare hypnotismen skulle denna suggestion icke blifva trodd och vore på grund därad utan verkan.

XIX LEKTIONEN.

Fakta, då ögonblicklig hypnotism är med i spelet. — En metod för skådespelet. — Fruktans underbara verkan. — Huru man skall leda skådespelet. — Den använda metoden. — Den plötsliga förskräckelsen som medel att förhindra reflekterandet. — Snabb suggestion. — Hypnotism förmedels telepati. — Sådana fall förekomma ofta. — Viljans filosofi i mesmerismen.

Fakta, då ögonblicklig hypnotism är med i spelet. — Oaktadt paståenden utaf flere personer, hvilka härvid eftersträfva vissa fördelar, att det vore möjligt att genom en blick eller ett ord hypnotisera för oss alldeles främmande personer, dem vi för första gången träffa, klinga för oss i hufvudsak oförlitliga, så är det oaktadt detta ett faktum, att en plötslig hypnotism om också sällan dock verkligen är möjlig. Det beskrefs nyss, huru vid förhypnotiska suggestioner betraktaren måste erhålla det intrycket, att en person helt plötsligt blef hypnotiserad, eller att ett subjekt genom beröringen med operatören helt plötsligt föll i en djup somnambulism, men vi veta rätt väl, att det här handlar om den förhypnotiska suggestionens utomordentliga verkan, hvilken suggestion just kort förut af operatören gafs åt subjektet, att detta genast vid hans beröring skulle falla i en tung sömn. Häraf framgår väl tillräckligt, att det gäller ett alldeles annat förfarande, än det som användes vid hypnotiserandet af en person, som man för första gången i lifvet möter. Det gifves dock två metoder — men blott två — vid hvilka detta märkvärdiga fenomen kan genomföras.

* * *

En metod för skådespelet. — Den ena kan med ringa sannolikhet att lyckas uppföras på scenen, emedan den behöfver grannlåterna och dekorationerna på teatern såsom ram och förutsätter känslan af väntan och fruktan hos subjektet, hvarvid ännu den fasta tron på operatörens makt kommer härtill.

* * *

Fruktans underbara verkan. — Redan tidigare har jag riktat läsarens uppmärksamhet på den egendomliga verkan fruktan utöfvar, och som subjektet kan känna, då det befinner sig i ett tillstånd af emottaglighet. Det är ett faktum, att fruktan förorsakar en förvirring uti subjektets hjärna, under hvilken det är möjligt att låta en positiv suggestion med sådan kraft verka, att den bosätter sig för en längre tid, kanske t. o. m. för alltid uti hans hjärna. Enligt min åsikt och mitt förmenande har det aldrig gifvits något underverk, och aldrig har något sådant som underverk förekommit. Den makt, som de gamla profeterna lär hafva ägt, bestod enligt mitt förmenande helt enkelt däruti, att människorna voro öfvertygade om den makt förståndet har öfver kroppen. Berättelsen om den spetälske ifrån Syrien är för oss välbekant, likaså känna vi väl till profetissan Elisas Gänares, Gehasis straffdom. I våra dagar måste man redan anse det som ett förvånansvärdt resultat af den på suggestionen följande fruktan, om ett förut fullkomligt friskt subjekt helt plötsligt skulle öfverfallas af spetälska. Jag själf måste beteckna ett sådant resultat som icke alldeles omöjligt, förutsatt, att man till subjektet, då det befann sig i ett tillstånd af yttersta förskräckelse, ställde en sådan begäran förmedels suggestionen. Fruktan är ägnad att göra hela muskelsystemet omöjligt för verksamhet.

* * *

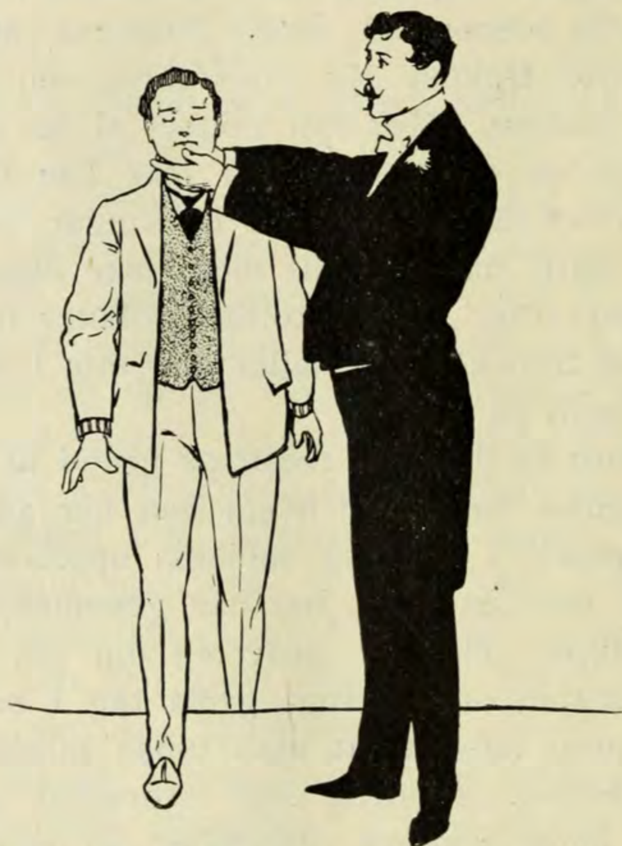
Huru leda skådespelet. — Vid hvarje teaterföreställning är det vanligt, att operatören, efter det han förevisat några af sina konststycken åt för honom bekanta personer och därvid vet sörja för sin publiks underhållning, bjuder några personer bland publiken att frivilligt komma på scenen, så att han på dem må få bevisa sin konst. I dylika fall plägar det understundom hända, att någon ung man blir utskrattad på grund af sin fruktan för scenen och därför försäkrar, att han icke hyser ringaste fruktan för professorn, om denne vill hypnotisera honom. Men just minnet af det nyss skedda samt tron på en makt, den han icke kan förstå, göra honom till offer för de lifligaste fordringar, och han är, fastän han djärft må visa sitt mod, icke desto mindre i hög grad nervsvag. Hans stolthet tillåter honom icke att draga sig tillbaka; han håller god min i magert spel och träder fram på scenen.

Professorn är däremot redan på grund af sitt yrke i stånd att genast veta, med hvem han har att göra och upptäcker genast i sitt nya subjekts uppförande tecken till fruktan; med en blick har han genomskådat det frivilliga subjektet. Han är medveten om att, lyckas det honom att snabbt och kraftigt gripa tag i subjektet, så blir det honom möjligt att utan möda bibringa honom hvarje suggestion. På detta sätt förorsakar han, att en tung sömn ögonblickligen öfverfaller det nya subjektet, ty fruktan gör denne fullkomligt mottaglig för den snabbast använda suggestionen. Dock vore denna snabba suggestion icke tillräcklig att framkalla en momentan sinnesförvirring, hvilken vi tidigare betecknade som en betingelse för den plötsliga hypnotismen.

* * *

Den vanliga metoden. — Professorn skall därefter träda fram ända till kanten af plattformen, och i det

ögonblick, då det nya subjektet sätter sin fot på scenen, bör han med handen helt plötsligt slå denne på nacken, så att man bland publiken må tro, att professorn blott vill hjälpa honom att beträda scenen. Detta slag afser dock att öka den redan hos subjektet förhanden varande förvirringen; sedan sätter professorn, utan att gifva personen i fråga tid till eftertänkande, sin flata hand med



En ögonblicklig hypnotism genom förskräckelse.

en viss styrka under dennes haka, så att han bibringar honom en plötslig ryck, som sedan genom nerverna öfverföres till ryggraden och på detta sätt för det gifna ögonblicket framkallar hos subjektet ett tillstånd af känslolöshet. En lätt susning gör sig förnimbar i subjektets öron, och det förefaller honom plötsligt som skulle han mista all känsel. Nu bör professorn afgörande och skarpt befalla: „Sof; somna snabbt in; nu är Du

helt och hållet försänkt i sömn". I många fall har denna metod redan krönts med framgång; subjektets ögon rulla tillbaka och han befinner sig från detta ögonblick i ett tillstånd af somnambulism. Detta är scen-hypnotismens metod, hvilken visserligen är alldeles äkta, men publiken kan icke se eller förstå de härmed förknippade omständigheterna. Det ryck som gifves, då professorn sätter sin hand under hakan, är knappast förnimbar för de församlade åskådarne och öfverensstämmer på intet sätt med en smärtsam och rå behandling. Den är snabbt afgifven och krönes vanligen med framgång.

* * *

Den plötsliga förskräckelsen som medel att förhindra reflexionen. — Den andra metoden för det plötsliga hypnotiserandet, genom hvars användning det ofta har händt, att ett subjekt öfverförts till ett tillstånd af somnambulism, utan att det i föregående lektion beskrifna förfaringssättet behöfver komma till vidsträcktare användning, består helt enkelt däruti, att man försöker fängsla det nya subjektets uppmärksamhet och framkalla skräck hos detsamma, om det icke är beredt på något dylikt. Ett silfveretui eller ett litet skrin kan mycket väl användas för detta ändamål. Försöket utföres så, att man för subjektets ögon håller ett sådant glänsande föremål, som det redan nämnda skrinet, och därvid försäkrar honom, att det icke mer kan vända sina blickar från föremålet, ja, att det är tvunget att städse hafva det för ögonen, hvart det än må föras. Det är självklart, att man härvid icke skall gifva subjektet någon tid till eftertänkande, ty eljes skulle det genast finna, att det i silfverskrinet icke gifves någon makt, som skulle förmå draga dess blickar till sig och sedan tvinga det att följa med sina blickar. Operatören må icke gifva sitt subjekt någon tid till sådana reflexioner.

Snabb suggestion. — Subjektet måste fortsättningsvis bearbetas med suggestionen, att det lilla skrinet drager hans uppmärksamhet till sig och tvingar det att med sina blickar följa detsamma; att det icke kan vända sina blickar ifrån detsamma; att det måste följa detsamma med sina blickar, och att det öfverhufvudtaget vore lönlöst att försöka befria sig från det lilla skrinets inflytande. Det händer icke sällan, att ett glänsande skimmer lägger sig öfver subjektets ögon, och att det rör sig framåt mot det lilla silfverskrinet, för att komma det närmare. Om subjektet så skulle röra sig, lägger operatören sina händer för dess ögon och sluter dess ögonlock med orden: „Du är fullkomligt vaken men kan ändå icke öppna dina ögon". Från detta tillstånd är det blott ett steg till somnambulismens med dess bihang, illusionen och hallucinationen.

* * *

Hypnotism förmedels telepati. — Det gifves ännu en annan metod för framkallandet af en plötslig hypnotism, men denna är utan tvifvel naturenligt otillförlitlig, så att den aldrig på allvar måan vändas. Detta är hypnotism förmedels telepati eller med andra ord framkallandet af det hypnotiska tillståndet förmedels tankeöfverföring. I sådant fall har operatören tillägnat sig förmågan att uttänja sina tankar, och mången gång har det händt, att det lyckats honom att på ett synnerligen egendomligt sätt bringa ett kvinligt väsen i själsförening med sig, så t. o. m. att hon ögonblickligen blir medveten om hans närvaro och den makt han besitter, innan ännu ett enda ord vexlats dem emellan. I få fall lyckas det honom därefter att i all stillhet inprägla hos det kvinliga subjektet idén att sofva.

* * *

Sådana fall förekomma ibland. — Sådana fall ske blott högst sällan, men de öfverensstämma icke desto mindre med verkligheten, och deras yttre omständigheter äro nästan alltid desamma; man kunde kalla dem typiska; subjektet kommer att, då det vaknar, förklara, att det alldeles tydligt hört någon; det har förefallit honom som skulle operatören hafva hviskat i hans öra: „Ni måste somna — somna genast!" Denna makt, att öfverföra sina egna tankar på andra, att i viss mått förlänga dem, borde hvarje operatör med förkärlek och i fortsättningen utöfva. Man kallar detta det praktiska utförandet, konsten att förverkliga koncentrerandet. Tanke är handlingskraft.

* * *

Viljans filosofi uti mesmerismen. — De forna anhängarena af mesmerismen lade större vikt vid sin egen vilja och sina önskningar, då det gällde att försänka subjektet i sömn än vid de magnetiska krafter, som man förutsatte funnos i de af dem använda bestrykningarna. Det förordas dock, att städse komma ihåg, att framkallandet af någon utaf de här beskrifna fysiska fenomenen städse är beroende af sådana suggestioner, hvilka framsprungit ur en stark vilja och ur förutsättningen, att de nämnda fenomenen verklingen må inträda.

XX LEKTIONEN.

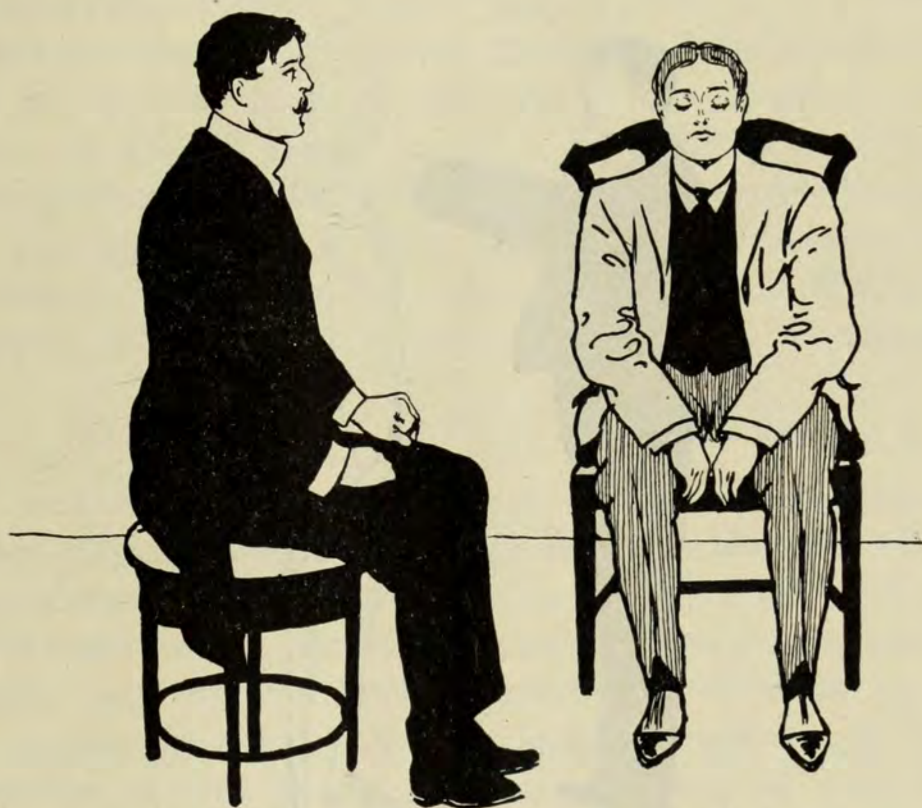
Subjektets känslighet. — Huru gripa verket an? — En andra metod, som utlofvar lika mycken framgång. — Självhypnotismen. — Hufvudets vridande. — Att magnetisera vatten. — Att magnetisera papper. — Elektriciteten som suggestion för framkallandet af sömn. — Kristallens användning. — Betraktandet af föremål uti kristallen. — Hypnotismen är beroende af uppmärksamheten och icke af blodcirkulationen.

Subjektets känslighet. — I denna lektion skall jag visa några metoder för hypnotiserandet, hvilka härstamma från de bästa hypnotisörers praktik och hvilka härröra från källor, hvilka ända till vår tid icke blifvit offentligen bekanta. En af de fraser, som många operatörer använda, om det lyckats dem att hos subjektet väcka somnambulismen, är den, att subjektet blef „fångadt“ eller „vunnet“; det ligger utan tvifvel mycket uti detta ord, så enkelt det än ljuder. De vilja uppenbarligen härmed säga, att, så snårt ett subjekt uppnått en viss grad af hypnos, det för operatören icke kommer att vara synnerligen mödosamt att kvarhålla detsamma i det tillståndet, eller att han åter kan bringa det i samma tillstånd, så ofta han blott önskar.

* * *

Huru gripa verket an? — En för mig bekant operatör, som mestadels verkat med stor framgång, har en älsklingsmetod, som består däruti, all han låter sina subjekt först taga plats i en länstol för att pröfva dem angående den allra första hypnosen, hvarvid han säger till dem följande: „Sluten ögonen! Rullen nu ögongloberna så mycket tillbaka under ögonlocken som det

går för sig, så att det må synas som skulle Ni kasta en blick tillbaka i hjärnan. Nu suggererar Ni Eder själf med kraft, att Ni icke kan öppna ögonen; försök till det yttersta höja ögonlocken, medan Ni fortsättningsvis rullar ögonen tillbaka. Ni kommer icke att finna det vara alldeles omöjligt. Ni måste ofta försöka det och göra detta med eftertryck.

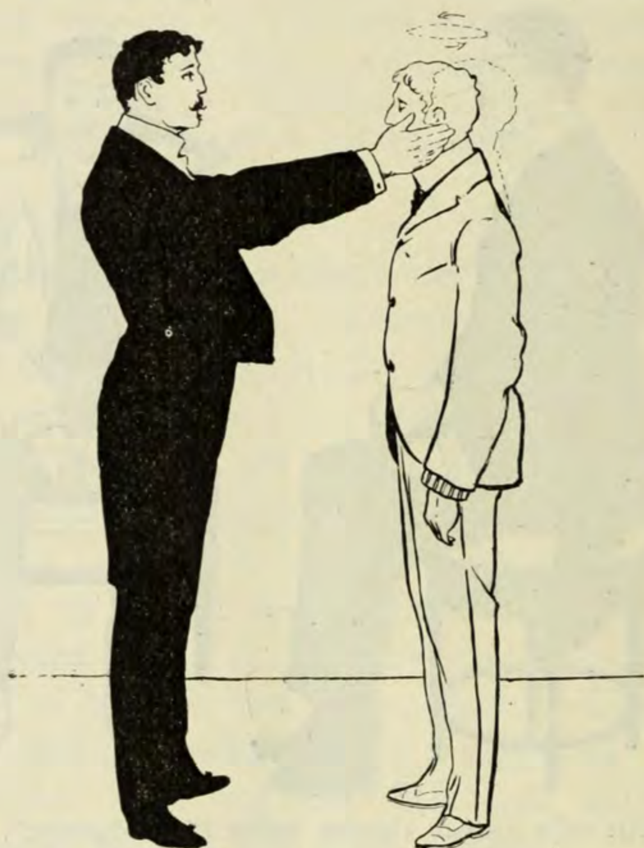


Att rulla ögonen tillbaka under slutna ögonloek.

Edra tankar måste Ni behålla i hjärnan, hvarest Edra ögon äro, och en djup hypnos skall därefter bemäktiga sig Eder. Ni kommer icke att höra något af det, som försiggår i rummet och kommer endast och allenast att ägna Eder uppmärksamhet åt min röst.“ Denna metod har mycket ofta krönts med framgång, och ett tillstånd af somnambulism följt nästan omedelbart på behärskandet af ögonlocken.

* * *

En andra metod, som utlofvar lika mycken framgång. — En andra metod för framkallandet af hypnosen består däruti, att man så raskt som möjligt försänker subjektet i sömn, i det man befaller detsamma att med bägge ögonen snegla på sin nästipp, hvarigenom man hos ögonen framkallar en ansträngning, som utomordentligt kommer att trötta den optiska nerven.



Vridning af hufvudet vid en rask hypnos.

Själfhypnosen. — Ännu en annan metod och därtill en, som enhvar kan försöka på sig själf, tillhör autohypnosens område i och för att under natten söfva sig själf. Den består däri, att man sluter ögonen nästan alldeles och försöker snegla på något sätt utan att fullt tillsluta ögonlocken. Härvid bör man luta hufvudet något bakåt och sänka ögonlocken blott så mycket, att en smal springa blir öppen, så att man må kunna rikta

sina blickar på fötterna. Resultaten skall blifva en motsvarande trötthet uti ögonlocken, hvilken trötthet städse är förelöpare för det sömndruckna tillståndet.

* * *

Hufvudets vridning. — En metod, som operatörerna ofta använda på scenen, så snart de hafva ett motspänstigt subjekt framför sig, är den, att de gifva i subjektets hand ett glänsande föremål och befalla honom, att en stund stirra uppå detsamma, men därefter vrider hufvudet 15—20 gånger rundt — naturligtvis utan något vanställande — så att blodcirkulationen därunder kommer att lida ansenligt. Mycket ofta har detta förfarande ledt därhän, att subjektet blir löst från en förut förhanden varande blodkongestion och bibringas ett sömnbegär.

* * *

Att magnetisera vattnet. — En metod, som de forna magnetisörerna föredrogo att använda, var att de i patientens närvaro stucko sina händer i ett litet glas fylldt med vatten, så att två fingrar uppå högra handen komma att vara i själfva vattnet. Härvid påstå de, att de genom en enkel viljekraft kunna öfverföra magnetismen från sig till vattnet, och att patienten, så snart han dricker af detta vatten, ögonblickligen kommer att känna symptomen till en annalkande sömn, hvarigenom det nu blir lättare att snabbt och säkert försänka honom i en magnetisk sömn.

* * *

Att magnetisera papper. — Några uteslöto vattnet alldeles; de magnetiserade hellre två pappersbitar i det de uti patientens närvaro höllo dessa bitar i handen och oafvändt riktade sina blickar därpå. Papperet öfverlämnades därefter åt patienten med anhållan, att denne skulle

tillsluta sina ögon och tänka uppå den känsla han erfor vid berörandet af det magnetiserade pappret. Resultatet af detta tillvägagående visar sig däri, att den tankekoncentration, som man fått till stånd hos patienten, mycket bidragit till att framkalla en hastig hypnos — och detta tillskref man det magnetiska papperet.

* * *

Elektriciteten som suggestion för sömnen. — Hitintills har psykologen endast i ringa grad visat sig förstå användningen af det elektriska batteriet som hjälpmedel för suggestionen. Men det gifves ingen så stark suggestion som den, hvilken erhållits förmedels en elektrisk ström; härvid må man lägga märke till det inflytande och den speciella verkan, som denna utöfvar uppå nervsystemet eller blott vid det, att den kraft, med hvilken man försöker tvinga patienten att koncentrera sina tankar på det förestående insomnandet, i betydlig grad medverkar. Flere af mina patienter hafva fallit i en mycket tung hypnos, då jag användt en svag elektrisk ström och därvid aftvungit en suggestion t. o. m. på patienter, uppå hvilka verbalsuggestionen ensam utöfvat ringa inflytande.

* * *

Kristallens användning. — För att kunna framkalla en koncentrering, hvilket som bekant anses vara mellanstadiet uti förmågan att blifva hypnotiserad, har jag ofta tillrådt användandet af ett kristallstycke och kallat detta experiment „kristallstirrande". Detta är en synnerligen egendomlig egenskap, som i många fall kommer framsyntheten eller clairvoyancen så utomordentligt nära, att man kan anse dem vara identiska med hvarandra. Visserligen kommer „kristallstirrandet" ju att i de flesta fall blott helt enkelt försätta subjektet i

ett tillstånd af medveten sysslolöshet och en självmedveten verksamhet, som då kan anses vara förstadiet för somnambulismen. Om också en kristall bäst lämpar sig för detta ändamål, kan man ju använda hvilket annat glänsande föremål som helst med polerade ytor såsom t. ex. ett med en yta af silfver. Man försöker få subjektet att hvarje morgon och afton sätta sig med föremålet framför sig och vänta, tills han uppå de polerade ytorna kan upptäcka olika slag af bilder, som där utbreda sig.

* * *

Betraktandet af föremål uti kristallen. — Egenskapen att upptäcka bilder uti kristallen tilltager med öfningen. Så vet man af erfarenhet, att kristallbetraktare, hvilka till en början och i de 12 första experimenten icke uppnått några resultat, småningom tillägnade sig förmågan att uppå de blankpolerade föremålen eller uti kristallen varseblifva en återspegling af bilder. Har denna förmåga fullt utvecklat sig, kommer betraktaren att, om han så önskar, kunna framkalla för sin syn bilden af en person, som han ville återse. Identiteten emellan förmågan att efter behag framkalla för sin syn bilder och framsyntheten illustreras ofta genom den egendomlighet, att ett subjekt icke allenast ser afbildningen utaf den person han önskat se, utan han kan tydligt om också blott i allegorisk form lägga märke till hvad personen just vill göra under tiden för sittandet. Ja, det kan hända, att han finner skrifna ord uti kristallen, hvilka stå i något slags samband med personen i fråga, och på detta sätt blir han i tillfälle att erhålla telepatiska underrättelser från bildens original.

* * *

Hypnosen är beroende af uppmärksamheten och icke af blodcirkulationen. — Hypnosen är fak-

tiskt icke beroende af blodcirkulationen, så att man skulle behöfva vänta att blifva kall ända upp i hufvudet, om blodet mer eller mindre aflägsnat sig från hjärnan. Tvärtom, hypnosen framträder ofta t. o. m. under ett tillstånd af hjärnkongestion, alltså, medan hjärnan är öfverfylld med blod. Enligt min erfarenhet är hypnosen endast och allenast beroende af patientens odelade uppmärksamhet, som man på sätt eller vis förstår rikta på sig eller på ett lämpligt föremål. Det förordas att jämte de olika metoder för försättandet af patienten uti det hypnotiska tillståndet äfven använda de metoder, genom hvilka patienten tvingas att andas långsamt och djupt eller att rikta sin uppmärksamhet helt och hållet på andningsprocessen. Man måste härvid inprägla hos honom, att man lika lätt uppnår det hypnotiska tillståndet genom att använda detta medel som genom att betrakta ett glänsande föremål.

XXI LEKTIONEN.

Några frågor af intresse. — Huru länge varar emottagandet af inflytanden? — Hypnotismen försvagar ingalunda viljekraften. — Minnet. — Slutsats.

Fråga: — Huru stor procent af människorna kan blifva hypnotiserad?

Svar: — Hvarje andligt sund människa kan blifva hypnotiserad, och af de andligen osunda eller sjuka kan äfven ett stort antal underkastas hypnos. Några kunna det genast, andra efter upprepade försök.

* * *

Fråga: — Kommer hypnotismen att göra intrång på människans vilja?

Svar: — Nej, undantagandes, om upprepade suggestioner gå ut på att försvaga viljan. Motsuggestioner, som arbeta på att stärka subjektet uti dess tilltagande målmedvetenhet, att kunna omfatta en bättre koncentration, att vinna en mer utpräglad individualitet, att förskaffa honom större självförtroende, borde städse anföras, och på detta sätt hjälper hypnotismen, då man använder den eftertryckliga suggestionen, hellre att stärka än försvaga viljan.

* * *

Fråga: — Huru länge skall inflytandet vara, efter det subjektet väckts?

Svar: — Inflytandet är slut i det ögonblick, då subjektet vaknar; om man undantager det fall, då det handlar om en förhypnotisk suggestion, som kanske först någon tid efter uppvaknandet kommer att utöfva sin verkan.

Fråga: — Vi antaga, att en individ blifvit hypnotiserad för första gången emot sin vilja; huru kan han värja sig emot oberättigade operatörer?

Svar: — Har någon emot sin vilja blifvit hypnotiserad af en samvetsgrann operatör, kan han lika väl ännu engång blifva försatt i hypnos af en operatör, som förstår sin sak och vet att aflägsna det onda inflytandet, så att det icke mer återvänder. Det gifves föröfrigt ytterst få personer, som kunna hypnotiseras emot sin vilja. Sådana fall förekomma ytterst sällan och kunna icke antagas som någon regel.

* * *

Fråga: — Hvilket skydd äger den hypnotiserade kvinnan gentemot en skrupellös operatör?

Svar: — Skyddet består hufvudsakligen däri, att ett plötsligt återvändande till fullt medvetande kan inträffa, och att ingen operatör är i stånd att förhindra subjektets uppvaknande. Det är därvid af ingen vikt, i hvilken befallande ton han gör sina anordningar; en kvinna skall vakna emot hans vilja, och om en verklig fara hotar henne, skall hon också städse vara till hands.

* * *

Fråga: — Antag, att ett hypnotiseradt subjekt skulle erhållit suggestionen, att vid händelse af uppvaknande glömma sitt eget namn: att härpå operatören afsiktligt försvinner. Huru länge kommer subjektets minne att förblifva i det uppnådda stadiet af glömska?

Svar: — Detta beror på subjektets personlighet. Någon gång kan minnet förblifva en eller par dagar i detta stadium. Vanligen varar intrycket så länge, tills minnet åter väckes af någonting utifrån.

Slutledning.

Hypnotismens värde kan väl knappast öfverskattas. Densamma helar nervsjukdomar, smärtor och själsplågor. Den bringar lycksalighet, hvarest förut blott fanns elände. Årslång melankoli, som underkufvade själen, kan brytas genom hypnotismen. Minnet af olycksfall och elände kan genom den utplånas och utrotas så, som skulle dessa aldrig funnits. Den kan i en kompetent operatörs hand ersätta morfinet. Den är i stånd att lindra smärtorna för den som ligger i barnsäng, och till och med göra så, att fruar icke mer behöfver frukta för detta. Hypnotismen kan påskynda själsverksamheten och fullt utveckla dess goda egenskaper, om dessa än hur länge skulle varit obemärkta. Den förvandlar lättja till flit, olydnad till lydnad, otacksamhet och råhet uti det sätt, hvarpå man bemöter andras åsikter. Den botar dåliga vanor, såsom dryckenskapslasten, morfin-och kokainbegäret. Den är och förblir städse naturens hjälpmedel, det medel naturen gifver människan för att mildra och förbättra hennes öfvergrepp. Slutligen gifver hypnotismen oss nyckeln till att kunna utgrunda den mänskliga andens hemligheter och förskaffar oss kunskap, fullständig kunskap om lifvet efter döden.

Detta är blott några af hypnotismens fördelar; betrakta vi hypnotismen, måste vi finna den fara den skulle bringa oss vara mycket ringa, och denna fara ligger ju egentligen blott däruti, att människor, hvilka icke äga någon förståelse för dens väsen, missbruka densamma. Det bästa vore obetingadt, att så mycket som möjligt sprida kunskapen om densamma, ty i den bristfulla kännedom man har om hypnotismen ligger just faran.

Så smart man är medveten om, huru och hvarför hypnotismen är farlig, är faran nästan till hälften undanröjd. Det borde icke falla sig svårt att göra de personer uppfinningsrika, hvilkas motiv äro rena, och hvilka betjäna sig af hypnotismen blott för fullföljandet af goda motiv. Föräldrarnas användande af hypnotismen gentemot sina barn, äkta mannens emot sin hustru, är städse välgörande och uppnår det bästa resultat. Hypnotismen är i sig själf icke någonting ondt; det sistnämnda finnes blott i människornas hjärtan.

Handledning

uti utöfvandet af magnetismen.

INLEDNING.

I följande afdelning erbjuda vi våra läsare en afhandling öfver lifsmagnetismen.

Att vårt lif består af en mängd magnetiska och elektriska krafter är ett faktum som icke blott förfäktas af vetenskapen utan äfven bevisas af densamma. Att en människa kan öfverföra elektricitet och magnetism på en annan, är likaså ett faktum, som knappast kan bestridas.

Stridig är blott den punkten, om den inneboende magnetiska kraften hos en människa vid dess ofverförande till en annan kan uppnå starka, helbrägdagörande verkningar. Flere forskare förneka den helbrägdagörande kraften, men ganska många erkänna den dock. Sedan gamla tider lefver ännu hos folk den tro och öfvertygelse, att människor utrustade med stor magnetisk kraft kunna uppvisa under af helbrägdagörande. I bibeln finner man mycket antydningar på detta, om också ordet hypnotism icke var bekant i forna tider. Botande förmedels händernas påläggande är ingenting annat än användningen af den mänskliga magnetismen. Och till en sann konst har det magnetiska botandet hos indierna utbildat sig, en konst, som europeerna först på senare tider börjat studera och lära sig.

Om nu magnetismen förmår utöfva stora eller små verkningar, vilja vi icke afgöra. Säker är, att den hjälper dem, som genom magnetisören blifvit öfvertygade om magnetismens helbrägdagörande kraft. Vi hålla det icke för sannolikt, att svåra sjukdomar och i synnerhet sådana, för hvilka behöfves hjälp af kirurger, kunna

botas medels magnetism; likväl äro vi öfvertygade om, att flere nervösa symptom och många sjukdomar, vid hvilka psykisk viljekraft kan verka välgörande, kunna genom magnetismen upphäfvas eller åtininstone lindras. Och i denna mening kunna vi med full rätt betjäna oss af ordet helbrägdagörande magnetism.

I följande rader gifva vi våra läsare blott en handledning uti att använda och pröfva på magnetismen. Vi äro öfvertygade om, att man med en fast tro och en stark viljekraft skall kunna ernå goda resultat.

Magnetismen består däri, att magnetisören öfverför sin egen lifskraft till en annan människas kropp.

Magnetiska verkningar åstadkommas icke genom tankeöfverföring, suggestion, spänd uppmärksamhet eller genom hypnotism.

Man må icke förvexla magnetism och hypnotism; de äro två fullkomligt olika och från hvarandra skiljda vetenskaper.

Magnetismen verkar närmast på nervsystemets centrala delar, och dess hälsogaranterande inflytande öfvergår sedan till hjärnan. Hypnotismen däremot verkar närmast på hjärnan och dess verkan fördelar sig sedan på nerverna och fibrerna.

Medan hypnotismen skall föranleda människan att gifva något af sin individualitet, sin viljestyrka åt en annan, och denna verksamhet bäst visar sig under sömnen, fordrar man vid magnetisk behandling icke, att patienten skall gifva något bort af sin viljestyrka eller sitt medvetande; magnetisören arbetar med bästa framgång, om patienten är fullt medveten om förfaringssättet.

Hypnotismen uppnår resultat genom det inflytande en hjärna utöfvar på en annan; magnetismen däremot gör sina under genom den verkan, som frambringas, då kraft öfverföres från en kropp till en annan. Medan man kan anse hypnotismen såsom utgående från hjärnan och beteckna den som teori, så är magnetismen liktydig

med ett andligt tillvägagående och blott att nämna som praktisk.

På grund häraf blifva andliga personer mycket skickliga magnetisörer.

Gåfvan att kunna verka genom magnetismen är öfverhufvudtaget en andlig förmåga. Den finnes obegagnad hos hvarje människa. Den behöfver blott väckas till lif, för att vidare utveckla sig, för att man skall kunna använda den, nära och bevara den.

Mången har denna förmåga redan utvecklad i icke ringa grad; andra hafva alldeles försummat den. Man en hvar äger den. Alla hafva början härtill; hos hvar och en ligger fröet till denna förmåga förborgad. Det är ändamålet med dessa öfningar, att hos hvarje elev utveckla denna förmåga, sak samma, om de för tillfället äro starka och friska, eller sjuka och lidande; denna stora makt ligger omedvetet förborgad i hvar och ens inre, om ock icke känd af den ifrågavarande personen. Naturens stora krafter utmärka sig såsom stilla sådana. Hos många, hvilka förbisett denna förmåga, är den understundom dömd till evig tystnad. Men hos dem, hvilka erkänna att den finnes och hvilka använda den till det goda, skall den städse vara redo att komma i dagen och att verka.

---

med ett ärligt tillvägagående och lärer sig använda dem praktiskt.

Detta gäller äfven många personer mycket skickliga magnetisörer.

Genom att studera verken genom [illegible] Magnetismen är öfverhufvudtaget en andlig förmåga. Den finnes [illegible] hos hvarje människa. Den behöfver blott väckas till lif, för att vidare utveckla sig, för att man skall kunna använda den, lära och behärska den.

Många har denna förmåga redan utvecklad i hög grad; andra åter måste först utveckla den. Men en hvar äger den. Alla hafva börjat härmed, och hvar och en äger något till denna förmågas [illegible]. Det är [illegible] med dessa villkor, att hos hvarje elev utveckla denna förmåga, och slutligen, om de äro villiga [illegible] sig och hjälpa eller sjuka och [illegible] denna [illegible] i hvar och [illegible] ja, och i de händer af den [illegible] personen. [illegible] sig såsom [illegible]. [illegible] denna förmåga, är den [illegible]. Men har den, [illegible] och [illegible] använda den [illegible] skall han [illegible] att komma i [illegible] sig [illegible].

FÖRSTA KAPITLET.

Den helbrägdagörande magnetismens filosofi. — Händerna. — Hvarför just händerna användas. — Sympatins betydelse. — Den grundliga kännedomen om magnetismen.

Den helbrägdagörande magnetismens filosofi. — Redan i uråldriga tider berättade historieskrifvarena, att vissa människor ägde förmågan att genom handpåläggning bota sina medmänniskors sjukdomar och lidanden. Men såsom redan blifvit anmärkt: Hvarje människa är i besittning af en makt, som genom erforderlig praktisk öfning kan utvecklas så, att den sätter henne i stånd att genom den lefvande magnetiska kraften utöfva ett oerhördt inflytande såväl på sig själf, som på andra och att efter omständigheterna till och med befria från sjukdomar och lidanden.

Hvarje människa drager andra till sig och stöter dem ifrån sig, och hvar och en gör det omedvetet. Magnetismen består följaktligen uteslutande i det medvetna användandet af denna kraft, med andra ord: att med bestämd ansträngning utsträcka sin egen magnetism till andra.

* * *

Händerna. — Med mycket få undantag gäller för nästan alla människor den högra handen som den positiva, och den venstra kan betecknas som den negativa. Vid det praktiska utförandet af magnetismen består resultatets hemlighet närmast däri, att medels högra handens påläggning tillföra den andra magnetism, att med den venstra handen sluta den magnetiska ström,

som måste uppstå d. v. s. att sända dess ström med stark spänning från högra handen till den venstra genom den andras kropp.

* * *

Hvarför just händerna användas. — Det är en känd sak, att den mänskliga kroppen är en slags apparat, hvari elektriska och magnetiska krafter äro anhopade. I följd af viljekraft och medels händerna bringar Ni nu Eder magnetism därhän, att den intränger i den främmande kroppen. Händerna äro som en elektrisk apparats tvänne metalltrådar utsedda till hufvudmedlare för det magnetiska helandet, emedan magnetismen lättare utströmmar från tomma handen eller från fingerspetsarna än från någon annan kroppsdel. Kommer nu den magnetiska strömmen åter tillbaka till Eder venstra hand, förblir den icke mer hvarken till mängd eller styrka densamma, som den var, då den till först inflöt, då den ju blef använd att under sitt lopp genom den andras kropp bringa dennes nervsystem i jämvikt. Det menas därmed, att den andre har uppsugit en viss del af kraften, och att hans nervsystem användt denna del för sin självverksamhet. Det är klart, att man icke vore i stånd att magnetiskt behandla ett stort antal människor utan att sätta sin egen hälsa på spel. Man måste städse veta att ersätta förlusten af magnetisk energi och att åter komplettera förrådet.

Därför sörjer nog naturen själf, ty ju mer Ni gifver, desto mer ersätter den Eder åter. Med andra ord: den, som engång besluter att bistå andra, påskyndar vibrationerna i sin egen organism, sålunda att krafter i mängd skola tillströmma honom ur den outtömliga källan och därtill alltid i förhållande till de på honom ställda fordringarna.

* * *

Sympatins betydelse. — Om också hvarje mänsklig varelse är i stånd att bispringa en annan varelse med

sin magnetiska kraft, kan dock de bästa resultat blott väntas, om mellan magnetisören och patienten ett gemensamt tänkande och kännande är förhanden varande. Denna punkt kan nog icke tillräckligt starkt betonas, och det är af synnerlig vikt, att den behandlade med tacksamhet ser upp till magnetisören. Kroppens nervströmmar sitta i nervsubstansen och blifva af denna fråntagna till nytta för den individuella intelligensen. För att sålunda kunna verka magnetiskt är det för magnetisören en oafvislig plikt att icke allenast använda sin nervstyrka genom sin inneboende viljekraft, utan han måste bringa det därhän, att hans patient med glad tillförsikt går in på hans afsikter, och att denne själf använder sin viljestyrka, förenande den med magnetisörens till sin egen fördel, hvarigenom en fullkomlig kretsström bildas och slutes mellan magnetisören och patienten.

De magnetiska krafterna blifva först och främst upptagna af nervsystemet och fördelas därifrån till blodet och cellväfnaden. Nerven är sammansatt af hvitt fiberstoff och grått vesikularstoff (små blåsor). Den innehåller fett, albumin och vatten. I det sistnämda finnes den egentliga nervkraften, så att nervernas verksamhet tillika ådagalägger ett högst viktigt och kompliceradt tillvägagående. Hvarje nerv består af en knippe nervtrådar eller små rör, och hvarje nervnät äger flere trådknippen, af hvilka hvart och ett är så afskildt för sig, att det kan funktionera ensamt, oberoende af de andra. Genom nerverna upptagas underrättelser och befordras vidare; de äro intelligenta; man kan följaktligen beteckna dem som hem och säte för intelligensen. Nerverna fordra och erhålla sin näring från blodet; de emottaga och fordra elektricitet; de öfverföra som sagt intryck och känslor; de öfverföra också själens näring, förståndets näring. Det gifves tvänne stora nervsysten: det centrala nervsystemet och det periferiska; båda äro olika hvarandra; likväl äro de innerligt förenade med hvar-

andra och vid vissa tider förmedlas det ena genom det andra.

* * *

Den grundliga kännedomen om magnetismen. — Det magnetiska förfarandet sätter de båda nervsystemen i verksamhet och är den första rationella vetenskap, som erkänner nödvändigheten af, att ett gemensamt arbete måste äga rum mellan det centrala och det periferiska nervsystemet under en och samma tid, och hvilken erkänner och fordrar, att den som botar genom händernas vid-och påläggande, åstadkommer en magnetisk ström, som sändes genom patientens kropp från den positiva till den negativa handen. Ännu enklare gestaltar sig studiet af nervsystemet, om vi indela det allmänt sagdt i två delar: det verksamma systemet och det mottagande systemet. Det första bearbetar musklerna och hvarje påstötning af detsamma i de verkande nerverna frambringar fysiska handlingar. Det periferiska nervsystemet har tvänne knöliga strängar, hvilka löpa parallelt med människans hela ryggrad. Det centrala nervsystemet omfattar hjärnan, det inre af detsamma, ryggmärgen och det till ryggraden hörande nervsystemet.

Magnetismens uppgift att lindra smärtan består däri, att understöda nervenergins elektriska ström och att åter sluta det afbrutna kretsloppet. Hjärnan skickar friskt blod till den angripna kroppsdelen, hvarigenom rodnad och inflammation framkallas. Här är det moment kommet, då magnetismen följer den välgörande uppgiften att lindra smärtan och tillåta blodet att återvända till sina kanaler efter dess tillopp till den angripna kroppsdelen.

ANDRA KAPITLET.

Särskild anvisning för magnetisören. — Händernas behandling. — Att utbilda självtilliten. — Hurudant bör vårt uppförande vara? — Ögat. — Blickens betydelse. — Orsaken, hvarför. — Andningen. — Viktiga mått och steg. — Luftens hemlighet. — Dådkraftens bibehållande.

Särskild anvisning för magnetisören. — Den väg den magnetiska kraften med förkärlek tager, då magnetisören afser att meddela sig med patienten, äro händerna, ögonen och andningen. Då den största betydelse i föreliggande fall tillkommer händerna, vilja vi genast tala om dem.

* * *

Nr. 1. Händernas behandling. — Förrän magnetisören börjar behandla sin patient, måste han städse och på ett fördelande sätt tvätta händerna med tvål. Därpå bör han torka dem och gnida händerna raskt och med fart emot hvarandra så länge, tills de blifva heta, hvarvid blodet börjar strömma in i armarnas och händernas ådror. För att befordra detta anbefalles, att efter händernas gnidning spärra ut fingrarna, och sedan man låtit armarna sjunka, skaka händerna lätt men med kraftansträngning, men riktande därvid sina tankar på den omständigheten, att armarna icke äro annat än blodkanaler och böra användas för att försätta nervkraften ända ut till fingerspetsarna. Äro händerna en gång heta af gungandet, så slår man dem flere gånger ihop och gnuggar ännu de inre handytorna, innan man lägger händerna på patientens kropp.

* * *

Att utbilda själftilliten. -- Förrän magnetisören börjar behandlingen, bör han bemöda sig om att rikta sina tankar därpå, att han kan och vill hjälpa patienten. Medan denne meddelar läkaren sin sjukdoms symptom, bör den sistnämnde fortfarande innerligt och med den fasta och förtroendefulla föresatsen till sig själf rikta uppmaningen: „Jag kan och vill befria denna patient från hans onda. Denna gåfva är utmärkande för mig och jag har rättighet att bota honom. Denna förmåga tillhör mig, och jag äger den till hans fördel — jag kan bota honom“. Verkan uteblifver ej, han stärker sitt eget själfförtroende. Äfven bör magnetisören aldrig låta patienten märka och tvifla på, huruvida han är i stånd att bota honom. Hufvudsaken uti den framgång det hemlighetsfulla magnetiska botandet har, består uti, att bevara den största och lugnaste säkerhet, då det är fråga om att bevisa sin makt, en makt, mot hvilken hvarken skeptisism eller motsägelse kunna hafva någonting att säga.

* * *

Hurudant bör vårt uppförande vara? — Så snart patienten har meddelat Eder sina lidanden, måste Ni ännu en gång försäkra honom, att Ni kan hjälpa honom, och skulle han lägga i dagen särskilda tvifvel, så är det ögonblick inne, då Ni bör ådagalägga Eder förtroende ingifvande säkerhet angående Eder makt och Eder fulla tillförsigt uti densamma, för att försätta patienten i det rätta själstillståndet, i hvilket han skall kunna mottaga den honom tilltänkta välgärningen. Ni behöfver aldrig låta skrämma och förvirra Eder af patientens motskäl.

Tvärtom, han måste vara medveten om, att Ni icke är villig att inlåta Eder i strid med honom, och att Ni icke på något sätt vill bemöda Eder om att ändra hans omdöme medels bevisföring, men att han tills vidare måste lämna sina motskäl, emedan Ni vill hjälpa honom; han bör blott förblifva passiv i Edra händer, tills han

själf på grund af befrielse från smärtor erkänner den hjälp Ni ämnat bibringa honom. Det gifves jämförelsevis få människor — de må huru mycket som helst på förhand vara emot en sak — hvilka icke skulle gå in på att åtminstone passivt anförtro sig åt dem, som visa den fasta viljan att återställa deras hälsa.

* * *

Nr. 2. Ögat. — Medan händerna tjäna till att förlägga den magnetiska kraften direkt in i patientens kropp, är ögat medlaren, som befäster det erhållna intrycket i hans själ.

* * *

Blickens betydelse. — Det blir därför nödvändigt att utbilda ögat för erhållande af en fast, ostörd blick. Redan under sitt samtal med patienten bör magnetisören särskildt vinnlägga sig om att göra bruk af fixerandet. Då magnetisören talar med patienten, bör han blinka så litet som blott är möjligt, och om icke just stirra, så dock använda en afsiktligt intensiv och intresseväckande blick. Han bör rikta sina ögon på pupillen i patientens venstra öga och han får icke ett enda ögonblick låta sin blick vandra. Han får icke föra den hvarken till patientens högra öga eller till den punkt, som är belägen mellan de bägge ögonen. Ändamålet med detta oafvända blickande uppå en viss punkt går ut därpå, att läkarens viljekraft lättare kan meddelas patienten på vägen genom dennes venstra öga än på någon annan väg.

* * *

Orsaken, hvarför. — Det är här att taga i betraktande den principiella olikheten mellan et jagtgevärs enskilda kulor och ett skrotskott af detsamma. Läkaren

häftar sin blick, med det fasta beslutet att bota, på den punkt i patientens kropp, som förefaller honom mottagligast d. v. s. han koncentrerar all sin kraft på den svagaste punkten, hvarest han röner det minsta motstånd. För att emellertid underlätta detta betraktande, bör läkaren företälla sig, att han genom patientens venstra öga kan se rakt in i dennes hjärna. Denna föreställning skall förläna hans blick den intensitet, som skall åstadkomma en betydande hjälp i det framgångsrika genomförandet af hans uppgift. Efter en kort öfning skall han märka att, om han intresserar sig för sin uppgift, han mycket snart vänjer sig af med att blinka med ögonen, och att blicken uti dessa blir starkare och mer klarseende. Det är därvid alldeles likgiltigt, om patientens blick möjligen irrar omkring, kanske från läkarens ögon till golfvet och därifrån åter omkring, om han blott känner, att läkaren genomborrar honom med sina ögon och genomskådar allt med sitt maktmedvetande.

* * *

Nr. 3. Andningen. — Emedan läkarens andning vid de magnetiska behandlingarna spelar en så viktig roll, bör han framför allt annat sörja för, att hans mun, hals och mage städse äro rena och friska.

* * *

Viktiga mått och steg. — Magnetisören bör helt och hållet afhålla sig från sprithaltiga drycker och tobak, emedan de därigenom hos patienten framkallade dåliga intrycken göra intrång på botandet. Det minsta oangenäma intryck som t. ex. löklukt är redan nog för att hindra patienten att öfvergå till det harmoniska tillstånd, som läkaren önskar framkalla för sin kur. Inte minsta

alkohol- eller tobakslukt får tränga till patienten; men å andra sidan välluktande örter såsom thymian, lavendeln och pepparmyntan, hvilka man ju ofta använder för att skölja munnen, bevisa sig städse som angenäma lukter, hvilka låta oss sluta till magnetisörens renlighet och noggrannhet.

* * *

Luftens hemlighet. — De mest framstående tänkare hafva sedan åratal påstått, att i den luft vi inandas finnes än större kraft än elektriciteten, och en finare sådan. Utan att närmare vilja beröra denna fråga må jag få konstatera, att en sådan kraft verkligen finnes och att den dock endast genom en högre vilja kan införas i kroppen i och för mänskligt användande, för att den sedan må kunna utgå vidare andra till fördel. Med andra ord: människan äger förmågan att upptaga och assimilera denna kraft ur luften, så snart hon förtroendefullt beder därom, i det syftet att stärka den magnetiska energin. Hemligheten, att tillegna sig denna kraft ur atmosfären, består däri, att bringa sina tankar, sin vilja och andhämtningen i motsvarande harmoni.

* * *

Bibehållandet af dådkraften. — Ännu en annan handledning måste gifvas åt eleven; den har afseende på fasthållandet och bevarandet af den magnetiska energin genom ett särskildt slag af isolering. Man finner, att, om människan har våta fötter, så måste hon afgifva alltför mycken energi under dagens lopp, och att den går förlorad, emedan den icke erhåller en bestämd riktning. Det är därför obetingadt nödvändigt, att läkaren höljer in sina fötter sorgfälligt i torrt och värmebibehållande material, och om han i sina skor eller tofflor lägger sulor

af spunnet glas, blir verkan utaf den uppehållande magnetiska energin ännu i betydande grad befordrad. Om natten borde han sofva i en bädd som står på glasrullor. Fastän dessa förhållningsregler för en skeptiker må synas mycket obetydliga och triviala, borde dock ingen låta tillfället gå sig ur händerna att vidtaga lämpliga åtgärder mot förslösandet af denna högst viktiga makt.

TREDJE KAPITLET.

Utvecklandet af de magnetiska krafterna. — Kraftens säte. — Sättet på hvilket magnetisören andas. — Öfning uti andhämtning. — Möjlig färdighet. — Den fullständiga andhämtningen. — Lifskraftens inverkan.

Utvecklandet af de magnetiska krafterna. — Den som önskar hjälpa sina medmänniskor förmedels magnetisk behandling, men icke vet, på hvilket sätt han skall kunna erhålla mer energi än han gifver ut, skall finna, att han genom att bemöda sig om att vara till nytta för andra snart själf kommer att hafva ett visst obehag däraf. Han gåfve ut sin egen lifsenergi utan att blifva satt i tillfälle att finna full ersättning för denna kraft. Det är därför till först nödvändigt att göra läsaren bekant med det sätt, hvarpå man kan vinna större kvantitet af denna kraft, och huru han skall kunna behålla den och ständigt ersätta den.

* * *

Kraftens säte. — Kraft tillföres människan i outtömlig mängd och på olika vägar. Den erhålles genom den föda vi intaga, genom det vatten vi dricka, men bäst erhålla vi den ur den luft vi inandas. Den helbrägdagörande magnetisören måste, om han är vaken eller om han sofver, alltid draga djupa andetag. Han är städse medveten om den välgörande osynliga ande, som sväfvar omkring honom, för att stärka honom, och med hvarje djupt andetag drager han i sig en del af denna makt. Han gör det med fullt medvetande, ty han känner det goda uti att vara ense med den ifrågavarande

kraftens ande. Om han äter eller dricker, känner han samtidigt, att understöd tillförts hans kropp för erhållande och bevarande af hans reservkrafter. Då han lägger sig att sofva, vet han, att han öfverlämnat sin kropp åt den gudomliga energins välgörande verkan, som skall återställa de förbrukade cellerna uti hans kropp och sporra honom till framtida arbete.

* * *

Sättet, på hvilket magnetisören andas. — Under dagens lopp kommer det att falla sig svårt att upptäcka skillnaden uti det sätt, hvarpå den helbrägdagörande magnetisören andas och det, på hvilken en annan människa gör det, det är i den händelse, att han hämtar andan mycket långsamt och djupt och gör på åskådaren det intrycket, som skulle hans bröst utvidga sig. Sin mun håller han sluten. Han andas blott genom näsan och ett sjukligt vridande af axlarna och musklerna äger icke rum under andhämtningen. Blott då han håller Eder hand i sin, kommer Ni att lägga märke till en lätt rörelse, af hvilken Ni sluter, att han öfverför något af sin lifsenergi på Eder. Han skall icke göra sin metod, att utveckla kraften, märkbar för åskådaren; i sitt hemlif bör han dock anställa öfningar uti att andas samt inrätta sitt lif efter bestämda regler, hvarigenom han vinner den makt, som han representerar; och dessa regler hafva utrustat hans kropp och själ med den gudomliga energin, som han nu kan öfverföra på andra.

* * *

Öfning uti att andas. — I det följande äro de olika öfningar framställda, hvilka man under första veckan borde utföra 3 gånger om dagen under 15 minuter. Dessa direktiv få dock icke öfverskridas. Det har sitt

goda uti att följa dem, sådana de äro angifna, hvarigenom äfven utvecklingen kommer att förblifva begränsad allt efter den ifrågavarandes förmåga.

Första veckan.

Om morgonen använder man fem minuter för att förbereda sig till följande öfning: Tankarna böra koncentreras uppå det dryga arbete helbrägdagörandet kräfver, och härvid måste man hafva för ögonen den välgärning, som är förbunden med detta helbrägdagörande. På detta sätt kommer magnetisören i fullkomlig harmoni med den gudomliga essensen. Det är fördelaktigast, att företaga denna öfning omedelbart före intagande af föda eller då strax efter, alltså före eller efter frukost, middag och kvällsvard. Första månaden borde man icke företaga dessa öfningar omedelbart förrän man går till sängs. De äro i sin omedelbara verkan lifvande, hvarför den som begynner med dem icke genast från första början är i stånd att regelrätt beherska den kraftökning som tillförts honom.

Så snart han nu är färdig, löser han sina kläder, för att lättare kunna andas och drager ett långt, djupt andetag, hvarvid till först hans underlif höjer sig och andan förmedels en fortsatt inhalation bringas upp under refbenen och bröstkorgen. Denna andhämtning bör räcka 8 sekunder; sedan håller man andan 8 sekunder och andas därefter ut helt långsamt under följande 8 sekunder. På detta sätt tager hvarje andhämtning 24 sekunder i anspråk, eller, om vi härvid vilja betjäna oss af ett hemlighetsfullt betecknande, som användes i yttersta östern, betecknas andningen under bilden af en triangel, i hvilken hvarje sida består af 8 enheter. Detta utvecklingens första steg får man ej föreställa sig så lätt som det kanske skulle synas. Man tycker sig böra skynda på, man tror det vara nödvändigt att andas oftare

än som här angifvits, man tröttnar härvid, ja, öfverfalles af illamående. Skulle det sistnämnda inträffa, bör man ingalunda afbryta öfningarna, emedan dylika tecken äro att betrakta som symptom, absolut nödvändiga för en större mottaglighet hos kroppen. Alla oangenäma symptom komma dessutom att försvinna efter några dagar, och en större krafttillväxt samt en städse växande maktkänsla skall göra sig gällande.

Den första öfningen är nödvändig för att den i frågavarande läkaren må erhålla hvad blott få äga; vi mena nämligen en reglerad kontroll öfver andningen och ett bestämdt beslut, huru den andliga utvecklingens dagsverk må kunna fastställas. För denna öfning räcka nog 15 minuter till, då ju fem minuter användes för förberedelsen.

Andra veckan.

De öfningar, som företagas den andra veckan, borde äfven räcka 15 minuter, tre gånger dagligen, före eller efter måltiderna, dock böra de utföras på sätt som följer:

Efter de 5 minuter, som tidigare ägnats förberedelsen, sluter den ifrågavarande läkaren högra näsöppningen med fingret och andas djupt, i det han såsom under första veckan utvidgar underlifvet och därefter på samma sätt anstränger refbenen och bröstkorgen. Man bör draga in andan 10 sekunder med sluten mun genom venstra näsborren, hvarefter denna öppning under följande 10 sekunder hålles sluten, och man under de därpå följande 10 sekunderna andas genom högra näsborren. Man kommer nog snart att fullkomligt behärska detta sätt att andas och icke spåra någon trötthet, hvarefter man småningom efter hvarje tionde sekund utstöter andan. På detta sått tager hela denna andningsprocess 30 sekunder i anspråk, i hvilka in- och utandningen äro inbegripna. Efter 10 minuter utgör summan af respirationsrörelserna 20. Skulle eleven finna större svårigheter

vid utöfvandet af detta, kunde man ju förlänga tio-minuters perioden. I alla fall bör han icke upphöra med öfningen, innan han vunnit fullkomlighet i detta hänseende. Efter de tio första andetagen inträder en förändring uti inhalationen rörande näsöppningen vid in- och utandningen.

Denna öfning förfullständigar tillvägagåendet under den andra veckan. Är Ni en gång säker på denna öfning, så kan Ni sedan begynna att dagligen behandla 3 patienter. Sättet för denna behandling kommer senare att bekrifvas. Att behandla flere än tre personer efter den första veckan, som man öfvat sig, är icke rådligt, ty nu bör man just samvetsgrant och utan att trötta ut sig själf bringa det inflytande lifsenergin utöfvar i jämvikt med den kraft man behöfver för den äskade uppgiften.

Tredje veckan.

Den för tredje veckan bestämda öfningen är svårare att utföra än de öfningar, som tillhört de bägge första veckorna; man kan icke anbefalla eleverna tillräcklig sorgfällighet och allvarsamt menad uppmärksamhet.

Öfningen uti att omvexlande öppna och sluta näsöppningarna fortsättes visserligen, dock måste hvarje andetag räcka 15 sekunder. 10 sekunder äro beräknade för att hålla andan, 15 sekunger för utandningen. Härvid göres man särskildt uppmärksam på den svårighet, som uppstår vid den långa utandningen, som varar 15 sekunder, dock måste eleverna i all synnerhet lära sig detta. Det är absolut nödvändigt för hans utveckling, och gifver senare de härligaste frukter.

Fjärde veckan.

Vid öfningarna under den fjärde veckan bör man icke tvinga eleven att vid andningen använda den ena eller den andra näsöppningen: tiden för inandningen förlänges dock om möjligt. Hvarje andetag borde taga

20 sekunder i anspråk, sedan borde man hålla andan 10 sekunder, och den långsamma utandningen skulle räcka 20 sekunder; hela processen skulle vara 50 sekunder. Denna öfning kan förlängas från 15 t. o. m. till 30 minuter — de för förberedelsen nödvändiga 5 minuterna häri inberäknade.

* * *

Möjlig färdighet. — Så främmande för läsaren denna för honom obekanta utveckling af kroppen förmedels andningen än må förefalla, så har man dock redan sett helbrägdagörande magnetisörer så fullkomliga uti förmågan att in- och utandas, att de voro i stånd att utsträcka andningsprocessen — alltså inhämtandet, behållandet och utstötandet af andan — ända till 5 minuter. En elev, som med allvar gripit verket an, börjar vid slutet af den fjärde veckan att faktiskt känna och lägga märke till den andliga och kroppsliga styrka han vunnit och kan finner, att denna kraft genom närvaron af den stora kvantitet lifsenergi uti kroppen är ägnad att på nytt lifva honom och att fullkomligt förvandla honom. I stället för den förra svagheten erhåller han en betydande kraft; den lifliga färg, som fördrifvit den forna blekheten från hans kinder, bevisar nu alltför tydligt, huru mycket kroppen har att skatta den näring, som den erhållit genom den nya andningsmetoden.

De förut insjunkna kroppsdelarna blifva fylliga, och ur hans ögon strålar det som ett klart ljus från andevärlden. Man kan skilja en läkares öga från hvarje annans; det är klart, genomträngande, ihålligt fast, men icke utmanande; uttrycket i hans ögon är mildt och stadigt.

* * *

Den fullständiga andningen. — Efter förloppet af den fjärde veckan måste eleven göra det till sin uppgift att inandas djupt. Musklerna äro nu så stärkta, att han kan fordra af dem de största ansträngningar. Han borde redan om morgonen, just då han vaknar, börja inandas djupt, och, utan att iakttaga bestämda stunder för öfning, bestämt föresätta sig att ägna åtminstone 30 minuter dagligen åt denna öfning, hvarvid han kan betjäna sig af en säng. Äfven borde han försöka att småningom göra tiden för andhämtningen längre. För att personen i fråga må beträffande andningen uppnå högsta graden, borde han icke försumma något tillfälle att med ens draga djupa andetag. Han må därvid icke glömma, att det vid dessa öfningar hufvudsakligen gäller utandningen; den får icke ske utan noggrann kontroll, tills man uppnått en viss färdighet. Om hela andningsprocessen förlänges, aftager däremot den tid som åtgår för andans hållande och andningsafbrottet på följande sätt:

Tiden för den fullständiga andhämtningen	Tiden för inandningen	Tiden för afbrottet	Tiden för utandningen
24 sekunder	8 sekunder	8 sekunder	8 sekunder
30 „	10 „	10 „	10 „
40 „	15 „	10 „	15 „
50 „	20 „	10 „	20 „
60 „	26 „	8 „	26 „

o. s. v., om man anser det rådligt enligt den för kroppen uppnådda verkan. De angifna talen hänföra sig till verksamheten hos en frisk människa med normalt utvecklade lungor, dock kan naturligtvis uppställningen ändras med afseende å det tillfälliga tillståndet hos personen i fråga i förhållande till en sund människa.

* * *

Det inflytande lifskraften utöfvar. — Har detta förfarande uppnått fullkomlighet, borde eleven börja förstå,

hvad hinduerna benämnde „den andliga rörelsen“, då man nu faktiskt varseblifver, huru lifsenergin uti kroppen genom nerverna föres till blodet. Då har sjukdomen förlorat sitt fäste i organismen och trötthet kan lätt förjagas. Ja, hunger och törst låter sig behärskas af viljan, och den psykiska kraften öfvertager kampen mot kroppens förfall.

FJÄRDE KAPITLET.

Rätta användandet af de magnetiska kurerna. — Att fängsla uppmärksamheten. — Det långa draget. — Påfallande verkningar. — En särskild behandlingsmetod. — Händernas läge. — Behandlingens fortbestånd. — Magnetisörens uppförande. — Krisen.

Rätta användandet af de magnetiska kurerna. — Efter det magnetisören utfrågat patienten rörande hans lefnadsvanor och därvid alldeles särskildt gifver akt på, om patienten jämte det andra onda äfven lider af förstoppning, gnider han raskt och kraftigt händerna mot hvarandra, så att han om en stund känner en betydande värme uti händernas sidor och i fingrarna, såsom det nyss här ofvan omtalats. Då vi förutsätta, att patienten inkommer i läkarens bostad, är han väl ännu förmögen att sätta sig på en stol. Magnetisören inrättar det bekvämt för honom på denna och ser så efter, att ryggstödet lutar vertikalt, så att patienten, då han lutar sig mot detta, kan hvila ut och därigenom fullkomligt passivt hängifva sig åt magnetisörens inflytande.

* * *

Att fängsla uppmärksamheten. — Under allt detta förfarande behåller patienten ögonen tillslutna och detta af två orsaker: 1. på det han icke må rikta sin uppmärksamhet på något annat; 2. på det han icke må kunna iakttaga alla nödvändiga rörelser från magnetisörens sida eller lägga märke till hans metod och så erhålla kännedom om tillvägagåendet under förevändning att underkasta sig behandling. Detta är magnetisörens sak, och emedan han äger en fast vilja att utöfva sin konst,

mänsklighetens väl, bör han absolut icke gifva den nyfikna någon förklaring öfver tillvägagåendet. Därför måste magnetisören bestämt hållå på, att patienten under



Den långa linien uti den magnetiska kuren.

det han skall botas håller ögonen slutna. Nu säger magnetisören till honom, att han vill leda magnetismen från dennes hufvud och ned till fötterna för att ställa i

ordning hans nervsystem. Härvid använder han det s. k. långa draget, medan patienten bekvämt sitter på sin stol; hans fötter hvila därvid helt och hållet på golfvet, händerna håller han på benen.

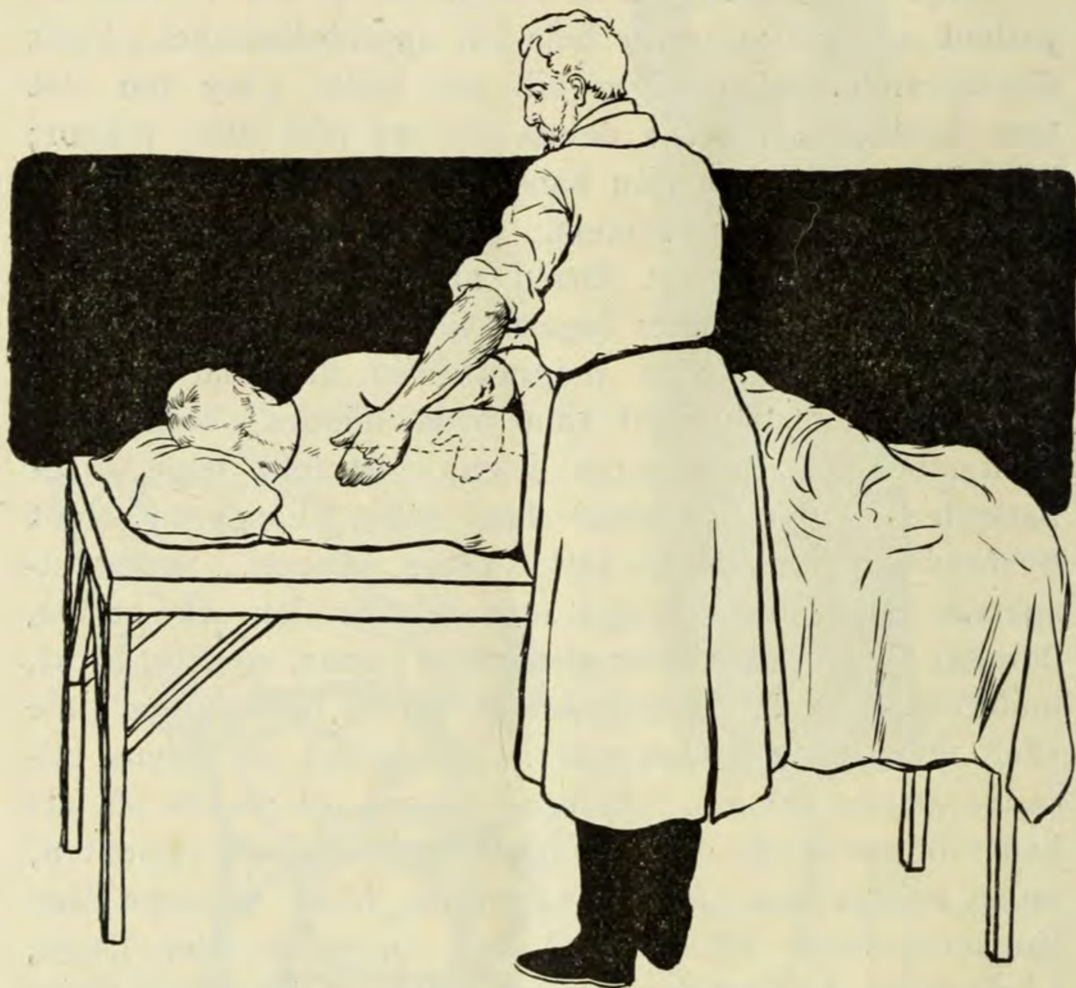
* * *

Det långa draget. — Magnetisören står framför sin patient och koncentrerar hela sin uppmärksamhet på sitt förehafvande. Han säger till sig själf: „Jag har det fasta beslutet att befria denna patient från hans plågor; jag vill bota honom från hans sjukdom; jag skall iordningställa hans nervsystem. Jag skall frikostigt gifva honom något utaf mitt förråd af magnetism. Jag kan det, emedan jag känner lagarna för den sympatiska kraftöfverföringen.“ Medan magnetisören nu talar till sig själf, höjer han långsamt sina båda händer, kröker fingrarna och för så armarna i en vidsträckt båge öfver patientens hufvud, hvarest han håller händerna emot hvarandra; litet åtskiljs strax öfver pannan. Sedan utspärrar han fingrarna något, men behåller dem icke styfva, därefter för han dem öfver patientens panna, ansikte, bröst, underlif och knän. Bildandet af denna bågformiga linie skall räcka fulla 30 sekunder. Mot slutet af liniens bildande skakar läkaren händerna liksom till tecken på, att han vill bortskaffa det sjukliga tillståndet hos patienten, sedan kröker han på nytt fingrarna, höjer armarna åter långsamt öfver sitt hufvud och upprepar det långa, bågformiga strecket än en gång; detta tillvägagående öfvar han 5 minuter, under hvilken tid man med full säkerhet kan antaga, att patienten kommer att känna den välgörande verkan, som den på honom öfverförda magnetismen utöfvat.

* * *

Påfallande verkningar. — Hjärtats slag hos patienten kommer högst sannolikt att i viss grad ökas,

och han kommer att erfara en viss känsla, som väl kan betraktas som den verkan magnetismen utöfvat på patientens blodomlopp. Men eljes visar han icke någon märkbar oro; tvärtom, hans nerver komma att vara lugna. Nu bör magnetisören ännu försöka inverka på honom genom ord och på förhand antyda för patienten de verkningar



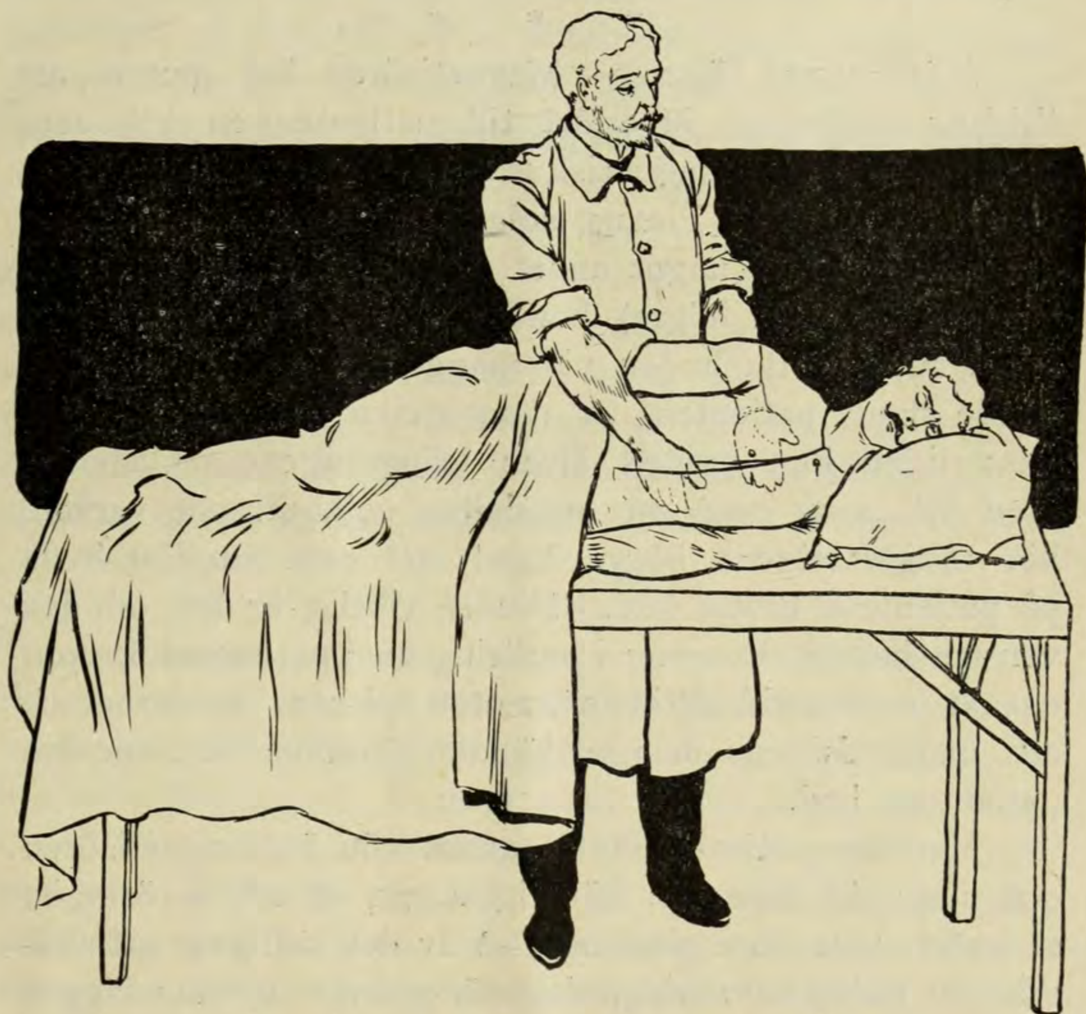
Huru den magnetiska strömkretsen återställes.

han genom sin metod vill framkalla. Patienten befinner sig nu i förberedelsens stadium, mogen för den egentliga magnetiska kuren, som skall återställa jämvikten uti hans nervsystem. Vid den allmänna behandlingen äro händerna de enda hjälpverktygen för öfverförande af magnetism till patienten, och i hvarje fall böra bägge händerna an-

vändas. Dock må man icke glömma att högra handen är den positiva eller erbjudande, medan venstra anses vara den negativa eller emottagande.

* * *

En särskild behandlingsmetod. — Grundsatsen för den särskilda kuren eller behandlingen förblir städse



Huru den magnetiska strömkretsen återställes.

den, att magnetiska kretsströmmen skall ledas och afslutas uti patientens kropp. Strömmen flyter härvid från läkarens högra hand genom patientens kropp till hans venstra hand, hvarvid kroppen bildar det s. k. motståndet för strömmen. Den helbrägdagörande magnetisören blir medveten om, att den magnetiska kretsströmmen finnes

genom en obetydlig retning uti venstra handen, och så snart han känner detta, drager han bort handen från patienten och behåller blott sin högra hand i samma läge som förr. Från nu använder han venstra handen blott såsom medel att framkalla kraft, i det han tid efter annan far öfver patientens kropp med fingrarna eller bestryker patienten med dem.

* * *

Händernas läge. — Magnetisören har genom att tillsluta strömmen öfverfört till patienten en i honom själf inneboende magnetisk kraft, i det han lagt sin högra hand uppå Plexus solaris eller maggropen och den vänsta uppå något annet ställe på ryggraden. Den positiva (d. v. s. högra) handen lägges vid hvarje kur alltid uppå blotta huden vid maggropen. Blott om detta skulle skada patienten, får man afvika från denna regel. Visserligen kan kraften äfven tränga igenom kläderna; men vill man ernå en omedelbar och gifvande verkan, bör magnetisörens högra hand lätt och lämpligt hvila på patientens blotta hud. Mindre viktigt är det, om den venstra handen kommer i beröring med patientens kropp; det är emellertid alltid bättre att placera kläderna så, att magnetisörens bägge händer komma att beröra patientens hud.

Men om patienten är af annat kön än magnetisören och visar sig hafva en känslig natur, så att beröringen af huden icke vore passande, så är det rådligast att undvika en sådan nervantagonism därigenom att man lägger händerna på kläderna, hvarigenom behandlingen förlänges. Det kan utan tvifvel icke hafva god verkan, om patienten genom sättet, på hvilket behandlingen sker, skulle på något sätt blifva obehagligt berörd.

* * *

Den abdominala hjärnan. — Den s. k. Plexus solaris eller buknervväfnaden bildar det stora centrala nervnätet och är utomordentligt viktigt på grund af det

inflytande det utöfvar på människans hälsa. Det är af sådan märkvärdig beskaffenhet, att om man tager i betraktande dess fördelande verkningar, man gifvit det namnet „abdomil-hjärnan“. Hvad den negativa handen äfven alltid haft att uträtta, och hvilken ställning den äfven mången gång intagit, finner dock den positiva handen alltid sin plats vid Plexus solaris. Den kraft patienten på det beskrifna sättet emottagit, utstrålar nu genom hela nervsystemet från hufvud till fot, hvarifrån den sedan tränger i riktning mot magnetisörens hand, för att afsluta den magnetiska strömgången. Ser magnetisören, att strömkretsen verkligen är afstängd, hvilket mången gång äger rum på 5, en annan gång på 10 minuter, men mången gång äfven tager en minut i anspråk, tager han bort vänstra handen från ryggen eller från det ställe där han placerat den, och fortsätter nu sin kur, så att den från honom utgående kraften numera endast kommer att från högra handen ledas till patientens kropp.

* * *

Ledandet af den magnetiska strömmen. — Efter det han på det sättet väntat ännu några minuter berör han lätt patientens ryggrad med spetsen af vänstra handens långfinger. Verkan skall ofördröjligen visa sig, i det att kraften strömmar till beröringspunkten och patienten kommer att känna ett angenämt stickande jämförligt med en svag elektrisk ström. Oftast är denna känsla så svag, att den knappast kan förimmas, likväl blir den märkbarare vid fortsättandet af kuren. Vänstra handens fingrar låter magnetisören ligga på samma ställe, därefter begynner han att med dessa fingrar beröra nervsträngen vid ryggraden från ena ändan till den andra, hvarvid num ärkbara, om ock mycket svaga suckar från patienten skola förnimmas, ty han kommer till och med flere gånger att klaga öfver hettan uppå de ställen, som blifvit berörda. Detta lätta vidrörande med fingret skall

vara i fem minuters tid, hvarvid patienten blir medveten om den stora välgärning, som visar sig uti nervsystemets växande styrka och närvaron af nervenergin.

* * *

Behandlingens fortbestånd. — Om, som ofvan beskrifvits, strömkretsen bildats, borde den vidare behandlingen icke taga mer än tio minuter i anspråk, och efter hvarje särskild kur bör läkaren rätt väl tvätta sina händer och sorgfälligt torka dem. Då han därefter begynner med en ny kur, bör han se efter, att häns händer, såsom redan vid första behandlingen blifvit sagdt, äro varma och något fuktiga. I det fallet, att händerna ännu vore kalla, slår han eller gnider han dem häftigt emot hvarandra, innan han lägger dem på patienten. Blifva händerna alltför torra, fuktar han dem med litet vatten, så att kraften lätt kan tränga igenom porerna på huden.

* * *

Magnetisörens uppförande. — Magnetisören borde städse bemöta sina elever med ett vänligt leende och på ett älskvärdt sätt. Hans sätt att tala måste alltid hos patienten ingjuta hopp om hälsans återställande, och genom läkarens berörande, hvilket verkar magiskt, bortskaffas lidandet. Hans hållning måste vara värdig och förtroendeingifvande. Vid den beskrifna kuren är det ej nödvändigt, att hans vänstra hand berör patientens blotta hud, om det sistnämnda också vore bättre, emedan ett snabbare resultat därmed kunde uppnås. Därför bör han göra så, att äfven den vänstra handen kommer i beröring med patientens hud. Att högra handen bör ligga på blotta huden är redan omnämndt och bör städse beaktas. Vänstra handen bör äfven tillfredsställande kunna sluta till den magnetiska strömmen genom kläderna. Hvad åter angår patientens ställning, kunna inga regler fast-

ställas. Äfven kan man icke förut bestämma, om läkaren skall stå eller sitta. Beträffande denna omständighet bör han rätta sig efter patientens lämpliga ställning. Kurerna blifva utan tvifvel till stor nytta för patienten, om han ligger till sängs; men en bakåtlutad ställning på en bekväm soffa passar lika bra för det ändamålet. I flere fall föredrager man dock att anvisa patienten en bekväm stol.

* * *

Krisen. — Vid alla dessa kurer väntar magnetisören alltid en viss verkan. Denna är bland läkare bekant under namnet krisen och har redan i forna tider betecknats som sådan. En gynnsam kris är alltid beledsagad af plötsligt upprepade uppkastningar och afsöndringar. Från vår ståndpunkt beträffande kännedomen om lifsmagnetismens verkningar, är det lätt att förstå, att hämmanden uti afsöndringen, hvilket ju är ett framträdande bevis på inre opasslighet, står i samband med strömkretsens afbrott uti blodcirkulationen. Att förhindra detta afbrott och att på nytt sluta den liksidiga fortplantningen af nervenergin är den helbrägdagörande magnetisörens uppgift; han skall härvid åter sätta i gång körtlarnas afsöndringsverksamhet. Så snart krisen inträdt, kommer speciellt patientens hud att betäckas med svett, och konvalescensen följer omedelbart därpå.

Slut.

Buchdruckerei Wilhelm Hartmann, Berlin SO. 16.





MINNETS-UTBILDNING

Tredje delen af
Flowers Kollektion

PSYKOLOGISKA FÖRLAGET
VAN TUYL DANIELS
BERLIN





Minnets-Utbildning.

Af

WILLIAM WALKER ATKINSON

från Pensylvania Domstol.

Författare till Tankekraft; Ny-tankens lag m. m.



Psykologiska Förlaget

VAN TUYL DANIELS

BERLIN W. 8., Friedrichstr. 59/60.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING.

FÖRSTA KAPITLET.

Det omedvetna förvaringsrummet.

Handlar om andens stora, omedvetna region, hvilken ligger utom medvetandets område, och utgör minnets bostad, förvaringsrummet för intryck, emottagna genom sinnena. — Minnets förhållande till detta stora förvaringsrum diskuteras, och det gifves talrika exempel och illustrationer, hvilka utvisa, att ingenting nånsin glömmes och huru skenbart glömda fakta kunna åter framkallas under vissa vilkor. — Våra intryck ligga gömda i den omedvetna förståndsregionens djupa smygvrår inväntande stunden för deras frieller ofrivilliga väckelse till lif. — Studiet af detta kapitel skall kasta ett nytt ljus på föremålet för minnets utbildning.

Vi kunna icke göra oss en klar föreställning om minnets väsende eller om de härskande lagar, som styra återtänkandets och minnets förmögenheter, vare sig att vi förstå något angående den stora själsregion, som är känd för psykologerna såsom tankeförmågans lägre medvetna område. Tidigare lärde man, att själen är medveten om allt det, som försiggår inom henne; men vår tids längre framåt hunna uppfattning erkänner nu, att medvetandet utgör endast en ringa del af hela tankeoperationen. Omedvetna idéer, intryck, sinnesrörelser och tankar spela en mycket viktig roll i tänkandets värld. Man är numera af den åsigten, att det finnes mycket i den medvetna akten, som tillhör det omedvetnas region. Uti hvarje medveten akt ligger en omedvetandets bakgrund.

Bakom medvetandets område ligger det omedvetnas stora region. Denna omedvetna region innehåller många hemligheter, hvilka taga i anspråk uppmärksamheten af

psykologer och andra tänkare, hvilkas forsknings-och arbetsresultat utöfva ett viktigt inflytande på det närvarande sättet att uppfatta. Man har icke tagit med i räkningen, att mindre än tio procent af hvardagslifvets tankeoperationer fulländas på det medvetnas slättmark, under det att resten af arbetet utföres i de stora, omedvetna själsregionerna. Det man benämner tänkande, utgör endast spetsarne af under vattnet varande bärg; den stora massan af berg hålles gömd af vattnet. Vi befinna oss likasom uti ett tätt skogsmörker, våra lyktor kasta ikring oss en liten ljuskrets, bortom hvilken en skymning ligger, och ännu vidare utåt däröfver härskar ett absolut mörker. Och i denna skymning och i detta mörker utföres arbete, hvars resultat, i fall så behöfves, skall framtränga till det ljusområde, som vi känna såsom medvetande.

Minne är i första rummet en funktion af vår omedvetna tankeförmåga. I de stora, omedvetna regionerna ligga minnets förvaringsrum. Från det ögonblick, då vi erhålla ett intryck, ända till det ögonblick, då det åter framkallas till medvetandets område, äro de omedvetna förmögenheterna i verksamhet.

Vi emottaga och lägga afsides ett intryck — hvar lägga vi det i förvar? Icke i den medvetna regionen, ty annars skulle det ständigt stå för oss; — nere i det omedvetna förvaringsrummets schakter blir det uppsatt i förvar, erhåller sin plats bland andra intryck, ofta på samma gång med så många andra, att det synes oss nära nog omöjligt att finna det, då vi åter behöfva det. Hvar kvarhålles det under de år, hvilka förflyta emellan ett intrycks åsidoläggande och dettas senare återupplifvande? I detta stora, det omedvetnas förvaringsrum. Hvilken förrättning kommer till användning, då vi åter önska framkalla ett intryck? Det utgår helt enkelt en befallning från viljan, som lämnar uppdraget åt arbetarena i det omedvetnas förvaringsrum att uppsöka det för så lång

tid tillbaka åsidosatta intrycket och föra fram det i ljuset. Allt enligt den grad, till hvilken dessa arbetare blefvo skolade, att utföra sitt arbete och hafva vant sig vid sin uppgift, hafva de framgång uti att intelligent åtlyda viljans befallning. Och i den mån, man lärt dem att sorgfälligt lägga åt sida de åt deras vård anförtrodda tingen och noggrant lägga märke till förvaringsställena för de åt dem anförtrodda skatterna, äro de förmögna och snabba uti att på befallning framhämta dem i ljuset.

Medvetande kan icke uppfattas såsom liktydigt med ande. Då vi behandla medvetande och ande såsom ganska långt åtskiljda och förkasta begreppet om det omedvetnas tankeområde, skola vi icke vara i stånd att förklara, hvarest hela återstoden af själen befinner sig under ett enda medvetet tillstånd; hvarest alla andra stycken äro, som höra till andens utstyre och hvilka måste åtskiljas från den enstaka, i denna nu i bruk varande delen. Medvetandets synkrets i något enstaka ögonblick är mycket inskränkt och påminner en om seendet genom ett teleskåp eller mikroskåp, hvarest man endast ser det, som ligger inom instrumentets synkrets; allt däröfver vidt liggande är för ögonblicket såsom om det icke existerade. Anden är ständigt uppfylld med idéer, tankar, intryck o. s. v., hvarom vi äro fullständigt omedvetna, ända tills de framhemtas till medvetandets synkrets.

Man tror, att hvarje intryck, som vi emottaga, hvarje tanke, som vi utveckla, hvarje handling, som vi utföra, blir någonstädes uppstaplad i detta stora omedvetna själens förvaringsrum, och att ingenting nånsin glömmes. Många saker, hvilka skenbart voro glömda under många år, skola komma in i medvetandets område, ifall de därstädes blifva framkallade genom förbindelse af idéer, önskan, behof eller ansträngning. Många själsintryck skola sannolikt aldrig mera frambefordras till medvetandets område, emedan där icke förefinnes behof af dem,

utan de skola förblifva i det omedvetnas region tills vidare; men mäktigt invärkande på våra tankar, idéer och handlingar. Andra tankar skola ligga förborgade i själens djupa nischer, inväntande stunden för deras förnyade användning, alldeles såsom kommande ljus och hetta ligga förborgade i kolen, inväntande tidpunkten, då de skola framdragas till förbrukning.

Vi äro till en bestämd tid endast själfa medvetna om en mycket liten del däraf, som är förvaradt i själen. Många saker, hvilka synas blifvit förgätna och hvilka vi ofta bemödat oss om att åter framkalla, skola emellanåt komma af sig själfva in i medvetandets område, såsom enligt deras eget förgodtfinnande. Mången gång försöka vi erinra oss en sak, men det synes förgäfves, och vi afstå från våra bemödanden; men efter en tid slår tanken ner som en blixt i medvetandets klarhet. Det torde synas, såsom om vår önskan af erinrande skulle försätta omedvetenhetens stilla arbetare i värksamhet, och långt därefter, sedan vi nästan bortglömt önskan, återvända de, dragande med sig triumferande det önskade intrycket. Åter då tör ett tillfälligt ord öppna ett annat, rymligare minnesområde, om hvars närvaro vi sedan lång tid tillbaka icke mera visste. Ofta skola vi se i en dröm länge sedan glömda ansikten, höra och igenkänna röster, hvilkas klang genljudit sedan många år tillbaka. Många hågkomster, som hafva blifvit så fullständigt glömda, att ingen viljeansträngning skulle vara i stånd att åter framkalla dem i minnet, synas det oaktadt vara bevarade någonständes i det omedvetna, och någon utomordentlig eggelse, ansträngning eller psykiskt tillstånd framhämtar dem så friska och lefvande som gårdagens intryck.

Personer i feberdelirium talade ofta om saker, hvilka de alldeles hade förgätit, och om hvilka de efter sitt tillfrisknande icke det ringaste kunde erinra sig, men de hafva — såsom efterforskning vidhandengaf — utgjort faktiska tilldragelser från deras barndom och ungdom.

Det är ett faktum, att en människa ofta vid drunknande erinrar sig tilldragelser ifrån sitt förflutna lif, och många experiment af detta slag meddelas i de förnämsta psykologiska arbeten. Herr Francis Beaufort uppgifver efter sin räddning från drunkning: „Hvarje händelse ur mitt förflutna lif syntes draga förbi mitt minne uti tillbakagående följd, icke i konturer, utan totalbilden med alla sina enskilda och därtill hörande drag, föreställande ett slags panorama af mitt hela väsende.

Coleridge berättar en historia om en kvinna, hvilken kunde hvarken läsa eller skrifva, men som började under feber tala latin, grekiska och hebreiska. Flere ark blefvo fullskrifna med hennes galenskaper och man fann, att de bestodo af i sig själf förnuftiga satser, hvilka endast hade en lös anknytning vid hvarandra. Endast få af hennes hebreika utsagor kunde tillämpas på Bibeln, och de flesta syntes vara på rabbinisk dialekt. Kvinnan var för öfrigt olärd, och allt bedrägeri syntes utom all fråga, och man trodde allmänt henne vara besatt af en ond ande. En läkare, som betviflade teorin om dämonisk besatthet, företog sig att lösa hemligheten och upptäckte efter mycken möda, att hon vid nio års ålder erhöll vård uti en andlig mans hus. Den andliga mannen hade för vana att gå af och an nära köket i huset, upprepande för sig ställen ur de rabbiniska skrifterna och citat ur de latinska och grekiska fäderna. Hans böcker genomgingos, och hvarje sats, som kvinnan hade uttalat, fanns uti dem. Febern hade gifvit anledning åt det omedvetna förvaringsrummet att framhämta en af dess äldsta skatter.

Carpenter meddelar historien om en engelsk andlig, som besökte ett slott, hvarifrån han, utan att nånsin förut hafva sett det, icke hade någon som hälst erinran. Men då han kom till porthvalfvet, blef han medveten om ett mycket lifligt intryck från att redan tidigare hafva varit här och syntes icke endast själf se portgången, utan äfven en åsna under hvalfvet och människor ofvanom det-

samma. Han blef mycket upprörd öfver händelsen, och en tid därefter frågade han sin moder, om hon kunde gifva honom ljus angående denna angelägenhet. Hon meddelade honom, att, då han ännu var ett helt litet barn på endast aderton månader, hade hon i ett stort sällskap just besökt detta slott och hade medtagit honom uti en åsnas korg; några bland folket hade intagit sitt mål på porthvalfvets tak, under det att barnet lemnades därunder hos åsnornas vaktare. Tillfälligtvis uppfriskade åsynen af porthvalfvet vid det andra besöket åter alla de barnsliga minnen, ehuru det syntes vara en dröm.

Abercrombir berättar historien om en dam, som dog på landet. Hennes helt späda dotter hämtades från London på ett besök till henne och återvände efter ett kort återseende till staden. Modren dog och barnet växte till mogen kvinna utan minsta erinran om sin mor. Då hon var en medelålders dam, hände det, att hon råkade komma till det hus, där hennes mor dog och insteg i samma rum, ehuru hon icke visste, att det just var det rum, i hvilket hennes mor dött. Vid inträdet i rummet studsade hon, och då en vän till henne frågade efter orsaken till hennes sinnesrörelse, sade hon, att hon mycket lifligt kunde erinra sig en gång förut hafva varit i detta rum, jämte det faktum, att en dam, som legat i en knut och syntes hafva varit mycket sjuk, hade lutat sig gråtande öfver henne. Och så blef intrycket förvaradt i det omedvetna förrådsrummet af den lillas hjärna och blifvit där obekant, tills innehafvarinnan hade uppnått medelålder; då nu vid anblicken af rummet intrycket åter blef uppfriskadt, och minnet utlevererade en af sina hemligheter.

Det gifves de bästa möjliga skäl för det påstående, att intet som en gång gjort intryck på vår ande nånsin absolut skall glömmas. Intet skrinlagdt intryck skall nånsin upphöra att existera. Det är icke förloradt utan blir endast dunklare och existerar utom medvetandets

område, till hvilket det likväl långa tider efteråt kan återkallas genom någon viljeakt eller en tankeförbindelse, allt efter det enskilda fallets omständigheter. Det är sant, att många intryck aldrig uppfriskas, hvarken genom frivilligt bemödande eller ofrivilligt genom association af idéer; men intrycket förefinnes dock, och dess inflytande uppenbaras i vårt görande och tänkande. Om vi kunde uppnå den omedvetna tankeförmågans djupa sckakter, skulle vi finna där hvarje intryck, som vi nånsin emottagit genom själen; staplar af hvarje tanke, som nånsin blifvit född inom oss; minnet af hvarje vårt lifs handling. Alla dessa ting skulle vi finna där — osynliga, men utöfvande ett fint, genomträngande inflytande på oss. Vi äro hvad vi i dag äro för de handlingars skull, hvilka vi i går tänkte, sade, sågo, hörde, kände och utförde. Människan är en sammansättning af sin gårdag. Det finnes ingen enda tanke, gärning eller något intryck ur vårt förflutna lif, som icke skulle hafva haft inflytande på vårt närvarande andliga och sedliga tillstånd. Våra nuvarande åsikter och tankar äro till största delen ett resultat af en lång ordningsföljd af små erfarenheter ur det förflutna; sedan lång tid tillbaka glömda och om hvilka vi måhända aldrig mera skola påminnas.

I denna boks öfriga kapitel skola vi upptaga temat om de omedvetna förmögenheternas uppfostran, för att sorgfälligt läggas i förvar, erinra oss förvaringsrummet, att inhämta och möjliggöra att taga i förvar hvarje intryck och att snabbt finna den önskade saken och att åter framhemta den på befallning af viljan. Vi skola se, att minnet är förmöget till oändlig tillväxt, uppfostran och vård. Om vi föreställa oss, att ingenting absolut glömmes, begynna vi att se de stora möjligheterna i riktning af konstens stärkande att upptaga intryck, att lägga dem å sido och åter framkalla dem. Vi skola se, att ju tidigare vi inverka på den omedvetna tankeförmögen-

heten, desto omsorgsfullare vi lägga intrycket på lager, desto lättare skola vi blifva i stånd att återföra det inom medvetandets område. Och vi skola se, huru underbart de omedvetna arbetarena kunna blifva skolade att uppsöka och att finna hvad vi önska; huru vi kunna leda dem alldeles så, som vi skulle underkufva några andra af våra befallningar.

ANDRA KAPITLET.

Uppmärksamhet och samling.

Handlar om den stora psykologiska lagen, att det ursprungliga intryckets styrka är afgörande för minnets och i minnet återkallandets förmögenhetsgrad och att det ursprungliga intryckets kraft står i lika förhållande till uppmärksamheten som till det intrycket påverkande subjektet eller objektet. — Det uppvisas, huru den omedvetna tankeförmågan lägger på lager de emottagna intrycken och huru dessa, hvilka omsorgsfullt blefvo lagda i förvar, lättare skola finnas och återhämtas till medvetandets område. — Det gifves exempel och illustrationer, och punkterna uppmärksamhet, intresse och koncentration omtalas i deras förhållande till minnets utbildning.

Det är en psykologisk lag, att det ursprungliga intryckets kraft skiljer sig ifrån det konstgjorda tänkandets eller minnets styrkas grad, och att intryckets kraft står i lika förhållande till uppmärksamheten, som har blifvit egnadt åt det intrycket påverkande subjektet eller objektet. Erfarenheter, som kvarlämna de mest varaktiga och starka intryck på anden, äro de, på hvilka man har användt den högsta grad af uppmärksamhet. Några auktoriteter gå ännu längre, i det de mena, att uppmärksamhet på den sak, som man just har i handen, är den viktigaste tankevana, till hvilken en människa är förmögen, och att hvar och en äger makt inom sig att utveckla en viss grad af geni genom maktens utveckling koncentrerad uppmärksamhet, hvilken förmögenhet kan uppbringas till nästan oändlig stegring genom ståndaktig öfning. Man har sagt, att det hellre äro de olika graderna af uppmärksamhet än något slags skillnad i den abstrakta tankeförmågan, som utgöra de stora skill-

naderna, märkbara att iakttagas emellan de stora andarna hos olika individer, och att upgmärksamhet utgör den bättre delen af all förståndskraft.

Andens omedvetna del tager i förvar alla intryck som den emottog genom sinnena, alldeles oberoende, om uppmärksamhet egnades subjektet eller objektet eller icke. Men då sådana intryck vanligen icke äro underkastade ett medvetet framkallande genom minnet, så äro de af ganska ringa nytta för oss i medvetandets område och för detsamma af praktisk betydelse, såsom om de icke existerade. Enligt detta torde vi härvid kunna antaga, att intet varaktigt intryck skall bevaras utan en viss grad uppmärksamhet. I denna bemärkelse torde vi kunna säga, att det icke är tillfyllest, att ett objekt öfverför till hjärnan ett intryck genom sinnenas tillgänglighet, utan för att man skall kunna erinra sig en sak, att uppmärksamhet och medvetande äro nödvändiga vid det första intrycket.

För att illustrera skillnaden emellan medveten uppmärksamhet och blotta emottagandet af intryck genom sinnena, vilja vi föreställa oss, att vi vore på en liftigt trafikerad gata i Chicago. Tusende föremål erbjuda sig för våra blickar, tusende toner förmedlas vår hjärna genom hörselorganet, vårt luktsinne erhåller intryck, vårt känselsinne utför äfvenledes sitt arbete, då personer komma i beröring med oss eller vi stryka tätt förbi ting. Midt upp i detta virrvarr af åskådningar, toner luktförnimmelser, hvarvid hvarje tillgång af sinnesintryck står öppen och erhåller sådana intryck, kunna vi uppsåtligt vara sysselsatta med en bestämd anblick, en ton, eller till och med en tanke, och allt annat, som tilldrager sig omkring oss, är, såsom om det icke vore till. Och allt det, hvilket vi lätt kunna erinra oss från det enstaka ögonblicket, utgör en sak, på hvilken vi blicka med spänd uppmärksamhet; det är ett ting, till hvilket

vi lyssnade med full hängifvenhet eller den säregna tanke, som sysselsatte vår ande för ögonblicket.

En stor del saker, som vi se, höra och känna, blifva för det mesta omedelbart bortglömda, emedan vi egnade dem endast en ringa grad uppmärksamhet. Man säger, att ett svagt minne helt enkelt betyder svag uppmärksamhet, och att vanan af ett likgiltigt betraktande vore en det bristfälliga minnets tvillingssyster. Vi hänvisa med anseende till denna punkt af ämnet till andra delar af denna bok och gifva anvisningar till uppmärksamhetens utbildning.

Det gafs meningsskiljaktigheter beträffande frågan, om man samtidigt kan skänka sin uppmärksamhet åt flere än ett föremål. De bästa auoktoriteter synas vara ense därom, att anden i hufvudsak endast kan sysselsätta sig med ett föremål i sänder, men den kan vända sig från ett föremål till ett annat fram och tillbaka med förundransvärd hastighet, hvilket leder till den förutsättning, att den torde hafva riktat sin uppmärksamhet samtidigt på två eller flere föremål. Några mycket sysselsatta män tillräknas färdigheten att samtidigt kunna uträtta två eller flera saker; men man är af den meningen, att dessa män enkelt hafva utvecklat förmågan att med största snabbhet blicka från en sak till en annan. Då Granville talar om denna bekräftelse, säger han, att det är ett slags andligt trapezflygande, hvarvid konstnären ofta dukar under för ett svårt olycksfall och kan blifva varaktigt oförmögen. Barn sammanfattar saken, i det han säger: hufvudsaken att aldrig förglömma, är, att den mänskliga anden endast kan egna sig åt en sak på en gång, ehuru den mycket snabbt kan förändra uppmärksamheten och kan så växelvis uppnå två eller flere saker.

När anden koncentrerar sig på ett subjekt eller objekt, förbiser den ofta andra bilder och toner, hvilka ögonblickligen skulle göra anspråk på dens uppmärk-

samhet. Så kan någon, som är intagen af en viss sak, helt och hållet förbise personer, hvilka gå igenom rummet, eller icke gifva akt på en klockas slag, som endast står på ett afstånd af några fot ifrån honom. Nedskrifvaren häraf har iakttagit en otalig mängd människor vid läsning i Chicagos allmänna bibliothek. De voro så fördjupade i sina böcker, att andra kunde sätta sig ned bredvid dem eller stiga upp, och de varseblefvo det icke och märkte icke, att det var tid att upphöra, tills någon höfligt klappade dem på skuldran och bad dem lämna platsen. Vi hafva känt personer, som på dagen voro så fördjupade i sina drömmar, att de foro på banan eller eljest med tåget flere stationer utöfver det afsedda målet. I midten af ett slag iakttagas på en viss tid sårade alls icke.

Man berättar om Henry Clay, att han, då han önskade tala om ett viktigt föremål, blott en kort tid bad en kollega gifva honom anledning att upphöra vid den fastställda tiden. Han fördjupade sig så i sitt tal, att hans vän icke kunde fästa hans uppmärksamhet vid sig, ehuru han slutligen några gånger i förtviflan stack honom i benet med en lång nål. Clay gaf ej akt på nålstygnet, utan fortfor ännu länge därefter med sitt tal och kände ingen smärta, ehuru såret blödde. Han konstaterade senare, att han icke på minsta sätt blef medveten om sin väns försök att vända sin uppmärksamhet på honom och ställde hufvudsakligen honom till ansvar därföre, att han icke hade motsvarat hans önskan.

Man berättar, att en berömd fransk skriftställare skulle hafva fördjupat sig i sitt arbete tidigt om morgonen af Bartolomäinattens skärmytsling och icke vetat af blodbadet tätt inunder hans fönster.

Det omnämnes, att en italiensk lärd blef ovanligt intresserad af sina experiment och visste intet af slaget på stadens gator, och när han om aftonen trädde ut, var han öfverraskad öfver att finna, att Napoleons trupper

besatte staden, och att de österrikiska trupperna hade utrymt trakten. Det heter, att Sokrates frivilligt gick med i slaget, men då han fördjupade sig i en filosofisk spekulation, stod han stilla och väntade i timtal i stående ställning, och då han hade löst problemet, såg han sig allena på platsen, under det att hela armén redan var på flera timmars afstånd från honom.

Om någon vill rikta sin fullaste uppmärksamhet på ett föremål, bör han välja en tid och en ort, då och där hans ande kan vara fri från yttre intryck. Om Ni vill intressera en vän för en viktig sak, bör Ni icke uppsöka honom, då han är sysselsatt med andra saker, och det skulle icke ens i drömmen falla Eder in, att förelägga honom saken, så länge han är midt upp i andra affärer. Ni skulle vänta, tills Ni skulle finna honom någorlunda fri från andra intressen, säker därom, att Ni sedan skulle finna ett uppmärksamt öra. Det är endast människor, som utvecklat en kraft af koncentrerad uppmärksamhet, hvilka fullständigt lägga ett föremål för ett ögonblick åsido och kunna vända sin odelade uppmärksamhet på ett nytt föremål. Självfallet följer minnet uppmärksamheten, och man erinrar sig bäst de saker, från hvilka intrycken erhöllos, under det att anden är fri och icke tagen i anspråk annorstädes.

Odelad uppmärksamhet skall påfallande gifva tydliga intryck och den ökar i hög grad förmögenheternas kraft och gifver dem en styrka, som de vanligtvis icke skulle äga. En smärta förnimmes, om uppmärksamheten är fäst vid den. Man har iakttagit, att, om uppmärksamheten stadigt riktas på en särskild kroppsdel, skall nämnda del ofta förnimma en retelse; man tillstår nu, att blodcirculationen skall kunna stegras i någst organ eller någon kroppsdel genom ökad därpå länkad uppmärksamhet. Om vi önska erhålla de fullständigaste och klaraste intryck af ett subjekt eller objekt, borde vi koncentrera

vår uppmärksamhet därpå. Koncentration kan självfallet genom förnuftig öfning ökas i hög grad.

Män af stor själsnärvaro äro mycket berömda genom deras utvecklade förmåga af uppmärksamhet, medan å andra sidan svaga personer och idioter sakna hvarje koncentrerad uppmärksamhet. Häraf följer, att en stor mans ande är fullpackad af starka, fint genomträngande intryck, hvilka han medför till medvetandets fält i sitt hvardagsarbete, under det att mannen med bristfällig uppmärksamhet endast äger ett litet förråd, som står honom till buds, och därföre kan han icke utveckla och visa någon kraft, då han icke äger goda hjälpkällor.

Hvad vi veta om saker och ting, utgör helt enkelt det vi erinra oss angående dem. Då så är fallet, är vårt vetande fullständigt beroende af vårt minne. Och då minnet är beroende af uppmärksamheten, så är uppmärksamheten vetandets hufudfaktor. Det lönar sig för hvar och en att utveckla sin uppmärksamhetsförmåga. Lär Eder att endast göra en enda sak i sänder och gör denna sak på bästa sätt så godt Ni det förstår. I det vi vända vår uppmärksamhet och skänka vårt intresse åt en sak, blir uppgiften och studiet för oss angenämt, och vi skola blifva i stånd att göra det väl. Och vi skola lära allt, hvad man kan lära sig angående denna. Chesterfield har mycket riktigt sagt: „Det gifves rum för allt under dagens lopp, om vi endast uträtta en sak i sänder; men det finnes icke tid nog inom ett år, om vi försöka att göra två saker på en gång“. Och Lord Burleigh bekräftar honom i det han säger: „Den kortaste vägen att göra många saker, är, att endast göra en sak i sänder. När vi bedrifva en affär, låt oss bedrifva den; om vi hvila eller spela, låt oss icke tillåta, att en tanke på affär må uppdyka. Låt oss älska affären på kontoret; låt oss afsky den i hemmet.

Skenbart motsägande den ofvan omnämnda teorin om koncentrerad uppmärksamhet är det faktum, att många personer bäst kunna tänka, om en lätt sysselsättning tager dem i anspråk t. ex. en enkel sömnad, stickning, uppskärning af en boks blad, lättjefullt betraktande af bilder, rökande o. s. v.; men detta uppenbara undantag bekräftar endast regeln, hvars förklaring består däruti, att uppmärksamheten vandrande från hufvudtankarna naturenligt faller på den lättare sysselsättningen, hvilken endast ställer en ringa fordran därpå och hvilken därjemte icke afleder uppmärksamheten från hufvudsaken. Den lättare uppgiften må i hufvudsak gifva anden litet hvila emellan tankarne. Den må hjälpa Er, om Ni finner det svårt att koncentrera Eder uppmärksamhet på subjektet eller objektet, och den må hjälpa Eder att tillika upptaga ett lätt arbete. Men låt biarbetet vara ett lätt sådant, då något slags viktig afledning beständigt skulle dela uppmärksamheten.

Vid studiet af subjektet och objektet kunna vi ernå de bästa resultat, om vi vända uppmärksamheten hellre på de olikartade enskildheterna efter hvarandra, än att vi vända den på saken såsom ett helt. Vi erhålla det starkaste intryck af en sak genom våra sönderdelande och abstraherande förmögenheter. Utan att öfva denna förmåga att sönderdela, kunna vi endast göra ringa framsteg i andens arbete. Vi kunna bäst känna en sak såsom ett helt genom kännedom af dess enskilda delar. Såsom Dr. Hering säger: „sönderdelandet är framåtskridandets moder.“ Innan någon kan inlära och utöfva en sammansatt rörelse, måste han först lära att utföra denna rörelses hvarje enskilda del. Då han vet huru man utför hvarje del, förstår han att utföra det hela. Och samma princip är användbar på andliga ting och uppfattning af intryck.

För den, som icke haft för vana att koncentrera sig eller att stadigt fästa uppmärksamheten på ett objekt

eller subjekt, blir försöket att tillegna sig denna nya vana svår och tröttande. Men öfning gör mästaren, och efter en tid skall man finna, att uppmärksamheten skall ledas nästan automatiskt och utan ansträngning. Alla de önskvärda andliga förmögenheterna, till hvilka det hänvisades i detta kapitel, kunna fullkomnas genom öfning så, att de i fall af behof nästan betygas såsom omedvetna. En koncentrerad uppmärksamhet skall inställa sig, så snart föremålet det erfordrar. Andligt sönderdelande likaledes. Man må söka att åstadkomma en andlig vana och anden skall förhålla sig därefter. Utstaka en andlig väg och anden skall framåt beträda den. Hemligheten till ernåendet af andens utveckling är öfning och ett småningom skeende fullkomnande.

FREDJE KAPITLET.

Upptagandet af intryck

Handlar om de lagar, hvilka styra upptagandet af intryck. — Huru intryck klart och tydligt uppfattas och bibehållas. — Skillnaden emellan frivillig och ofrivillig uppmärksamhet. — Huru sinnesintryck upptagas. — Huru sinnena uppfostras att snabbt upptaga och förvara intryck. — Nödvändigheten af omsorgsfullt iakttagande o. s. v. — Talrika illustrationer gifvas för att visa graden af känselförmågans, iakttagelseförmågans och minnets underbara styrka, som uppnåddes af alla tidsåldrar och alla länder genom omsorgsfull och förståndig öfning. — Anmärkningsvärda exempel och intressanta anekdoter gifvas för att illustrera det i detta kapitel behandlade föremålet.

Såsom vi hafva upplyst i ett föregående kapitel, upptager den omedvetna själsfunktionen hvarje intryck, som erbjudes henne och lägger det i förvar i sitt stora förvaringsrum. Men det råder en mycket stor olikhet i de emottagna intryckens väsende. Några äro mycket lifliga och starka, andra medelmåttiga och andra mycket svaga och obestämda. Intryckets kraft beror af intresset, som anden hade vid tiden för handlingen och af det mått af hängifven, frivillig uppmärksamhet som blifvit riktad därpå. En sak af intresse eller ett ting, åt hvilket man skänkt uppmärksamhet inregistrerar mycket starkare ett intryck än något, som väcker föga eller intet intresse och uppmärksamhet, och bokföringen är mycket lättare att återkalla i minnet, så snart man behöfver den.

Under bebehållandet af våra illustrationer om det omedvetna förrådshuset bör sägas, att den åt ett föremål tillegnade uppmärksamheten, hvilken anden uppnår genom sinnenas förmedling, bestämmer måttet och om-

fånget för det intryck, som skall förvaras. Och det vid tiden för intrycket uppväckta intresset gifver intrycket färg.

När någon söker framhämta en i förrådsrummet förvarad artikel, finner han det mycket lättare att uppsöka en större än en mindre artikel, mycket lättare att nedföra en artikel af eldröd färg än en af neutral färgnyans (d. v. s. för att lika lätt återfinna den). Det är alldeles detsamma, om varorna blifva omsorgsfullt och systematiskt eller vårdslöst och oordenligt bortlagda. Att hålla lagret med omsorg i ordning, underlättar väsentligen återfinnandet af den önskade artikeln, men form och färg göra föremålet självt synligt.

Artikelns upprepåde framdragande och densammas handtering bekräftar icke endast, att förrådsförvaltaren bekantgöres med artikelns lagerplats utan tillför äfven dess gestalt och färg något till, då man ägnar den ett visst mått af uppmärksamhet och intresse, hvarje gång man framhämtar den. Uppmärksamhet har man förklarat såsom „kärnan af medvetandets brännpunktsställen". Medvetandet må utsträckas till ett antal objekt, alldeles såsom solen utgjuter sina strålar öfver otaliga saker, eller kan den koncentrera sig på ett särskildt föremål alldeles såsom man kan samla solstrålarne förmedelst ett brännglas till en enda punkt. Det är alltså lätt att begripa, att graden af uppmärksamhet är en måttstock för det på vår omedvetna tankeförmåga gjorda intrycket. Uppmärksamheten har af psykologer blifvit delad i två klasser, nämligen i ofrivillig och afsiktlig. Ofrivillig uppmärksamhet är den, som inställer sig med ett minsta mått af ansträgning eller med en skenbar, alls ingen viljeansträngning. Afsiktlig uppmärksamhet är den, som är förenad med en viljans värkställighet. De lägre djuren och den outvecklade människan äger ringa eller alls ingen afsiktlig uppmärksamhet, men den ovillkorliga uppmärksamheten är där med full

kraft. Den utvecklade människan är känd för en höggradig afsiktlig uppmärksamhet; förmågan att utveckla densamma är en af de största olikheter emellan människan och de lägre djuren, i det graden af afsiktlig uppmärksamhet angifver människans mått af utveckling. Många människor skrida knappast vidare framåt än just öfver gränsen för afsiktlig uppmärksamhet.

Ovillkorlig uppmärksamhet är de lägre djurens och människans förstfödslorätt i olika grader. Afsiktlig uppmärksamhett är viljeriktningens resultat. Hos lägre djur, hos barn och outvecklade människor måste ett föremål äga intresse att fängsla uppmärksamheten för längre tid än ett ögonblick. Den utvecklade människan är i stånd att rikta sin uppmärksamhet genom viljeansträgning på ett ointressant föremål ohh fasthålla den derstädes, tills hon har förskaffat sin ande den önskade, därpå beroende informationen. Och likaså är hon i stånd att rikta sin uppmärksamhet från ett mycket intressant föremål till ett tråkigt och ointressant — allt detta genom hennes viljekraft. Det är sant, att den utvecklade människan finner något af intresse i nästan hvarje objekt eller subjekt, hvilket långt mera underlättar att koncentrera uppmärksamheten, än detta är fallet hos den outvecklade människan, som icke ser något af intresse i samma subjekt eller objekt. Den utvecklade människan äger äfven förmågan att utesluta icke önskvärda subjekt och objekt ur sin uppmärksamhet, ur området för sitt medvetande. Hon brukar sin vilja att uppnå detta ändamål; tillgången är en liknande den, genom hvilken hon samlar sin uppmärksamhet på ett ointressant objekt och subjekt. Den outvecklade människan, som knappt äger en afsiktlig uppmärksamhet, beror nästan i nåd af det yttre intrycket och är praktiskt uti ett barns tillstånd, som öfverskådar den förbidragande circusparaden, glömmer sig själf, hem och föräldrar för det närvarande och går med tåget, tills det har förirrat sig.

Intryck emottagas förmedelst de fem sinnena. Sinnena kunna indelas i två klasser: i direkta och indirekta. De direkta sinnena äro de, hvilka direkte förmedla intryck åt hjärnan och äro enskildt kända såsom känsla, smak och lukt. Under dessa sinnens värksamhet kommer personen i beröring med det af intrycket påväckade föremålet, såsom detta ögonskenligen är fallet vid kännandet och smakandet och mindre i ögonen fallande, men icke mindre sannolikt hvad lukten angår, hvarvid de små partiklarna, som utgå från det berörda föremålet, komma i beröring med närverna. De indirekta sinnena äro de, hvilka indirekte tillföra hjärnan intryck och äro bekanta såsom syn och hörsel, hvarvid intrycket når hjärnan förmedelst ljus, resp. rörelsevågor. De genom de direkta sinnena förorsakade intrycken blifva icke så lätt återkallade af minnet, under det att de af de indirekta sinnena erhållna snabbt uppfriskas och ernå häruti en hög grad af värkställande förmåga genom förnuftig öfning. Man kan t. ex. icke lätt noga erinra sig ett föremåls smak, lukt och känsla, ehuru man noga kan tänka sig smakens, luktens och känselns tilldragelse och tiden för densamma, så att man kan bli medveten därom vid fortsatt återupprepande. Denna förmåga af själfmedvetande kan mycket vårdas och utvecklas, såsom detta t. ex. är fallet med tékännare, vinkännare, ullsorterare o. s. v., hos hvilka smak - lukt - och känselsinnet äro mycket utvecklade och tidigare intrycks-erinran lätt framkallas ända in i minsta detaljer, så snart det nya intrycket når hjärnan.

Men svårt är det att upplifva smakens, luktens och känselns intryck genom ansträngning af viljekraften, så att den värkligen framträder. Undantag anföras af några skriftställare, hvilka tala om vissa gourmander, epikuréer, vinkännare o. s. v., som förskaffa genom inbildningskraftens och minnets ansträngning sin ande ett tydligt intryck af smaken af sin favoriträtt eller sitt vin.

Hypnotiserade personer synas äfvenledes hafva sådana intryck genom suggestion. Men i allmänhet taladt är det svårt att föreställa sig inbillningsvis en smak, lukt eller en beröring, såsom man det förmår med en bild eller ton.

Men ingen sådan svårighet iakttages, där det handlar om genom syn eller hörselsinnet emottagna intryck, hvarest man icke endast kan erinra sig biomständigheter, utan äfven lätt förmår utmåla anblicken eller höra tonen förmedelst den genom minnet understödda inbildningskraften. Några hafva särdeles utbildat denna förmåga och förmå i anden föreställa sig en bild eller höra toner nästan lfkaså tydligt som vid det första tillfället. Målare och musici äro exempel på dessa fakta.

Därur framgår tydligt, att en mycket viktig punkt vid minnets utbildning är ett klart och tydligt upptagande af intryck. Vare sig, att det gifves något, som man vill och skall erinra sig — eljest skulle ju minnet ej hafva någon användning. Om Ni erinrar Eder illustrationerna öfver vårt andliga förvaringsrum med sina mångfaldiga och välsorterade varuförråd i alla storlekar, former och färger, skall Ni genast se, huru viktigt det är, att Ni har Edra andliga paket och knippen i sådana storlekar, former och färger, att man lätt kan se dem och göra platsen märkbar.

Sinnena böra uppfostras icke endast att snabbt och tydligt bokföra utifrån kommande intryck, så att man lätt kan återfå dem, utan anden måste också skolas att rikta sin uppmärksamhet och sitt intresse på sitt eget arbete, på det att tankar och andliga förrättningar vid bruk komma i åtanke. Upptagandet af intyck sker ofta på tvenne slags sätt. Vid läsningen af en tryckt sida t. ex. tillkännagifver ögat ordens, satsernas, paragrafernas och sidornas intryck, under det att andra själsförmögenheter tillika erhålla tankens intryck och författarens mening, den läsandes tanke-och begreppsintryck och slutled-

ningen, hvartill läsaren kommit, sedan han smält och tillegnat sig författarens tankegång, uppblandande densamma med det i hans egna ande redan förvarade vetandet, information och åsikter. Och alla dessa intryck kunna återuppväckas genom minnet allt enligt minnesförmågans utveckling hos den i fråga varande individen.

Uppmärksamhetens och intressets uppfostran har i många välkända fall framalstrat nästan underbara resultat, och hvar och en kan i detta hänseende med ringa öfning göra ett framsteg, som för honom själf skall vara lika öfverraskande som förvånansvärdt för hans vänner.

Robert Houdin, den berömde, franska besvärjaren, hvars bästa konstgrepp hufvudsakligen berodde af hans snabba och korrekta iakttagelse och hans underbara minne, hade utvecklat sin snabba iakttagelse-och uppmärksamhetsförmåga såväl som sitt minne genom årslånga öfningar. Man berättar om honom, att han i sina yngre år snabbt gick förbi en köpmansbutik i Paris, kastade en skarp, snabb blick på skådefönstret och vände sedan sina ögon åt annat håll. Sedan stannade han ett ögonblick och bemödade sig med blyertspenna och papper i handen att nämna och beskrifva de flesta möjliga bland de nyss sedda föremålen. Han fann, att ständig öfning så skärpte hans uppmärksamhets- och iakttagelseförmåga, att han hvarje dag kunde erinra sig ett stort antal föremål, som voro utställda i skådefönstren, hvaraf följer, att han ständigt utvecklade de förmögenheter, hvilka upptaga och bevara intryck, såsom äfven dem, hvilka ånyo återföra dessa till minnet. Det heter, att han var i stånd att på en gång ila förbi ett stort skådefönster, som var uppfylldt med små föremål och att erhålla ett så fullständigt, tydligt och skarpt intryck af alla där utställda föremål, att han ännu efter flere timmars förlopp kunde nämna och beskrifva hvarje artikel, hvarvid han knappt begick ett enda misstag. Denna utveckling gjorde Houdin till det, hvad han var,

och den förhjälpte honom att samla en förmögenhet. Hans ande blef ögonskenligen en fotografisk platta och inskref allt det som fanns omkring honom; och allt hvad han hade att göra var att framkalla intrycket och att nämna föremålens namn, hvilka han varseblef med sin andes ögon.

Rudyard Kipling beskrifver i sin vackra historie „Kim" en liknande tilldragelse. Den gamle läraren Burgan Sahin uppfostrade gossen för en hemlig tjänst, hvarvid ett snabbt och tydligt seende af tingen betydde lycklig utgång och kanske till och med själfva lifvet. Den gamle mannen uttog från en låda en handfull juveler, smycken o. s. v. och höll dem framför Kim, på det han så länge han önskade skulle betrakta dem och sedan se, huru långt tillbaka han kunde erinra sig det iakttagna. En infödd gosse, som en tid blifvit uppfostrad på detta sätt är äfven närvarande. Kim trodde detta vara ett lätt spel. Det i fråga varande fatet blef då tillslutet, och den infödda gossen skref upp sin hågkomst hastigt på ett ark papper. „Det finnes där under papperet fem blåa stenar, en stor, en liten och två små" sade Kim mycket hastigt. „Det är fyra gröna stenar, och . . . . och . . . jag räknade femton, men två har jag glömt. Nej, lämna mig tid! En var af elfenben, liten och brunaktig, och . . . och . . . lämna mig tid." Men Kim förmådde det icke bättre. „Hör min räkning!" utropade det infödda barnet: „för det första äro två iskårade safirer, en med två fåror och en med fyra såsom jag sluter till. Den fyra gånger fårade safiren är slipad i kanten. Sedan är där en äkta, turkestanisk turkis full med gröna ådror och sedan tvenne med en inskrift: den ena med Guds namn i guld och den andra sprucken tvärsigenom; ty den är uttagen ur en gammal ring, därföre kan jag icke läsa det. Vi hafva nu de fem blåa stenarna; fyra blixtrande smaragder finnas där, men en är borrad på två ställen och en är litet stucken." Deras vikt? sade Burgan

Sahib lugnt. „Tre, fem, fem och fyra fåror, såsom jag skattar. Där är ett stycke af gammal grönaktig bernsten och en billigare topas från Europa. Där är en rubin ifrån Burma, en med två fåror utan inskärning; och där är en Ballas rubin med två fåror. Där är ett stycke graveradt elfenben från China, som föreställer en råtta, som utsugar ett ägg; och där är ändtligen en . . . aha . . . en kristallkula så stor som en böna, satt i ett guldblad.“ Slutligen klappade han händerna. Kim kände sig mycket slagen genom den infödda gossens öfverlägsenhet. Huru har detta tillgått? frågade Kim. Därigenom att det upprepadt göres och bringas till fullkomlighet — ty, det är värdt detta arbete.

Jag råder Eder att läsa denna bok (den är full af goda saker) och att se, huru Kim profiterade genom den gamla mästarens instruktioner. Denna lek, så noga afbildad mästarens Kiplings beskrifning, är ett älsklingsspel hos orientens folk; många af dem uppnå en stor färdighet däruti såsom Houdin i sin form af samma lek. Och någon af eder kan göra detsamma, om han vill taga sig tid och möda att tillegna sig knepet.

Man berättar om en välkänd målare, att han efter en gynnares första sittning ofta satt framför honom i en timmes tid och betraktade honom fortfarande och afskedade honom sedan och sade slutligen, att han icke behöfde återkomma. Sedan arbetade han i månadtal på bilden utan en andra sittning, tid efter annan blickande efter den toma stolen, hvarest den förre då suttit, och så utförde han dennes ansiktsdrag på lärftet. Han sade i hufvudsak sig kunna se sin modell på stolen; intrycket synes vara oupplösligt inprägladt i hans minne. Detta är naturligtvis ett extremt exempel; men andra målare hafva utvecklat samma förmögenhet i knappast mindre grad.

Kineserna hafva en särskild bokstaf eller ett ordtecken, och den kinesiske lärde medför tusende af dessa

ordtecken i sin ande utan något slags besvär. Våra egna barn göra detsamma i en ringare grad genom det nya läsesystemet, som nu är i bruk i skolorna. Då vi, deras föräldrar, lärde läsa, började vi först att stafva ordet, innan vi kunde läsa det, och det dröjde en lång tid, tills vi uppnådde Kon-stan-ti-no-pel; men nu lär man våra små ordets allmänna utseende eller gestalt i stället för en enda bokstaf eller ett ljud, och för dem är Konstantinopel lika lätt att läsa som „katt“, (och „katt“ är många gånger så svårt att stafva som Konstantinopel.)

Dylika resultat omtalas af musici, af hvilka många voro i stånd att återgifva sida för sida musik, som de endast hört en eller två gånger. En berömd kompositör har, som det heter, såsom gosse lyssnat till en i ett kloster sjungen berömd messa, hvars partitur af religiösa skäl blef väl bevarad af munkar. Efter sitt återvändande till sitt rum skref han hela messan ner nå papper, utan att misstaga sig på en enda not. Munkarne förläto honom tjufnaden under beundran öfver den märkvärdiga prestationen. Mindre prestationer i bibehållandet af musik i minnet äro icke ovanliga. Och gif akt, det är icke allenast minnets förmåga, som gör dessa ting möjliga, utan den utvecklade förmågan af sakernas tydliga och klara seende oah hörande.

Det finnes för närvarande judar, hvilka af något angifvet ord kunna upprepa hela Talmud utantill, som dock i sig själf utgör ett bibliothek, Leland berättar en historie om en hindu, som icke förtstod engelska, men hvilken, då man läst för honom femton rader ur det „förlorade paradiset“, upprepade dem mycket noga efter ljudet och återgaf dem sedan. Under äldre tider, då böcker ännu voro dyra, voro människorna hänvisade till sitt minne och många utvecklade ett minne, som man nu skulle betrakta såsom något underbart, men som då var en alldeles vanlig sak, som alla ägde, hvilka gjorde

något anspråk på att studera. I trettonde och fjortonde århundradet strömmade tusendetals studenter till universitetet. Böcker voro sällsynta och dyra och det gamla bruket att lära hela böcker utantill var det förherrskande. Schliemann säger oss i sin Ilios, att hans minne ursprungligen var dåligt, men att han skulle hafva förfullkomnat det genom en otämjbar vilja och träget arbete, att han slutligen alltid inom sex månader fullkomligt lärde sig tala och skrifva ett främmande språk. Och allt detta under det han förvärfvade sig en förmögenhet i en stor kolonialvaruaffär.

Japanska barn tillbringa åtminstone två år med att lära idel bokstäfver och tecken, innan de börja läsa. Det är mycket svårare än någonting i våra skolor och innesluter i sig uteslutande minnets öfning. Denna undervisning har gifvit Japaneserna ett underbart minne. En af deras skriftställare „Hirata Alsutane" samlade ett stort arbete med sitt lands legender och myter, och det heter, att han skulle hafva sammanställt textens tre första band och många sådana af inledningen utan att blicka in i en enda bok, ur hvilken han hade tagit sin information.

Om Grotius och Paskal heter det, att de icke hade glömt hvad de nånsin läst eller tänkt. Kardinal Mezzofanti, hvilken såsom man säger, beherskade öfver hundra olika språk, förklarade, att han aldrig glömde ett ord, som han nånsin lärt. Det finnes en berättelse om en gammal dödgräfvare i en by, som visste datum för hvarje begrafning på kyrkogården sedan trettio fem år tillbaka, de aflidnas ålder och deras namn, hvilka öfvervarat begrafningen.

Seneca kunde upprepa två tusen osammanhängande ord, sedan han endast en gång hade hört dem, i samma ordningsföljd, i hvilken de hade blifvit gifna, helt enkelt genom hans naturliga minnesförmåga. Hans vän Porcius Cato glömde aldrig något af de tal, han hade hållit,

och hans minne lämnade honom icke i stick med ett enda ord. Cyneas, ett sändebud af konung Pyrrhus till Romarena, lärde sig på en enda dag så väl namnen på de församlade personerna, att han följande dag var i stånd att hälsa en hvar med sitt egna namn i hela senaten och bland folket. Plinius säger, att Cyrus kände hvarje soldat i armén till namnet. Francis Suarez kunde repetera St. Augustinus' samtliga värk, uppsäga enskilda ställen och angifva sidornas antal och raderna, hvar man kunde finna dem. Themistokles kunde kalla Athens 20,000 innevånare vid namn. Muretus berättar om en ung korsisk elev, som kunde upprepa baklänges och framåt 36,000 osammanhängande ord efter att endast en enda gång hafva hört dem. Han sade sig vara i stånd till mycket mer, men de män, som läste för honom, orkade icke. Till dessa Korser anlände en ung man med ett svagt minne. Korsen undervisade honom med det resultat, att eleven inom en à två veckor kunde återgifva femhundra ord fram-och baklänges.

Magliabechi, den store florentinske bokvännen, hade ett underbart minne för böcker och bibliothek. Han kände stället, hyllan och numret på hvarje bok i sitt eget vidlyftiga och i världens andra stora bibliothek. En gång frågade honom storhertigen af Toskana, hvar han skulle kunna finna ett exemplar af en viss sällsynt bok, och han svarade honom, att det endast fanns ett exemplar däraf och detta exemplar vore att finna i hans nåds, härskarens i Konstantinopel bibliothek på den sjunde hyllan i tredje regalen till höger när Ni inträder. Josef Saeliger lärde utantill Iliaden och Odyssén på mindre än en månad och inom tre månader beherskade han hela raden af grekiska författare och hade lärt dem utantill. Denne man torde ofta hafva klagat öfver svagt minne.

Man kan genom öfning utveckla koncentrations-och uppmärksamhetsförmågan under deras användning på tankar och andra ting. Samma regel och grundsats

finner i hvarje fall sin användning. Vi skola i följande kapitel upptaga denna sida af föremålet. Men vår uppmärksamhet skall först fästas vid utvecklingen af förmågan att genom syn-och hörselsinnet upptaga intryck.

FJÄRDE KAPITLET.

Förmågan att upptaga intryck genom ögat.

Handlar om upptagandet af intryck genom synsinnet. — Den största vikt vid uppfostran af ögat att emottaga intrycck tydligt och klart. — Nyttan i det alldagliga-och affärslifvet af dylikt skolande. — En dylik uppfostrans nytta för minnets utbildning. — Det skall göras klart, att största delen människor mera kasta sina blicker på saker, än att de skulle „se“. — Intressanta exempel och illustrationer skola gifvas, som utvisa, huru denna förmögenhet blifvit utvecklad af dem, hvilka hafva egnat föremålet sin uppmärksamhet; också skola allmänna regler meddelas, hvilka ligga till grund för denna själsförmögenhets utveckling och utbildning.

Man har mycket riktigt sagt: „Ögonen äro själens spegel,“ och det är värkligen sant, att de fresta intryck inkomma genom dessa själens fönster och helt säkert intryck af allra finaste slag. Och man skall varseblifva, att temat minnesutbildning i trängre bemärkelse består uti att uppfostra anden så, att den riktigt inregistrerar intrycken, som den erhåller förmedelst ögat, än de med något annat sinne erhållna.

Vi kunna knappt lägga läsaren tillräckligt på hjärtat den stora vikten af ögats uppfostran till att upptaga korrekta intryck klart och tydligt. En sådan uppfostran och den därur medföljande utvecklingen skall utfalla till mannens eller kvinnans fördel på hvarje lefnadsbana, i någon profession, affärsvärksamhet eller något yrke. Icke endast målaren, eller bildhuggaren behöfver det skolade ögat; hvarje konstnär, affärsman eller fackman, som icke utvecklat sig i detta hänseende, lider dagligen skador genom denna försumlighet.

Konstnären kan icke reproducera, om han icke riktigt iakttager, skriftställaren kan icke beskrifva scener, personer och karaktärer, låt vara, att han äger en skärpt iakttagelseförmåga; ingen behöfver säga konstnären något om vikten af att se saker. Det gifves intet stånd, som icke skulle hafva fördel af en skolad iakttagelseförmåga. Man ökar i hög grad sin skatt af informationer, såväl som sitt nöje genom iakttagelsekonstens utbildning. På resor t. ex. undfaller mycket af de skönaste scenerier, många föremål af största intresse, emedan man icke varseblifver dem. Man återvänder hem och läser resebeskrifningar öfver samma trakt och är förvånad öfver beskrifningens fullhet under det att man själf såg så litet. Och för många gå de bästa delarne af en bok förlorade genom en ytlig läsning.

Indianer och skogsinnevånare iakttaga den sönderbrutna grenen, det omvända bladet och fotspåret, hvarest den oskolade iakttagaren ser intet.

Vi påminna oss hafva läst om en köpman, som man skrattade ut, emedan han hade en olärd människa hos sig såsom uppköpare. Han genmälte, att det var sant, att den anställde stafvade sämre än John Billings, att hans grammatik räckte till att komma Lindley Murray att vända sig i grafven, att han aldrig hade läst en i ropet varande författares arbeten, — men han förstod att se saker. Han köpte årligen för tusende dollar varor för köpmannen,och det hade icke blifvit bekant, att han nånsin skulle misstagit eller öfverskattat sig att iakttaga något skadadt i varan eller något, som icke hade kunnat upptagas i köpet. Denna man hade öfvat iakttagelseförmågan och ökade dess värde.

Ganska få taga kännedom om de alldagligaste sakers enskildheter. Huru många af Eder veta, om en kos öron ligga öfver, under, bakom eller framom dess horn? Huru många kunna säga, om en katt klättrar ned från ett träd med hufvudet eller svansen förut, framåt eller bakåt?

Huru många veta, om kor eller hästar tillförst uppstiga på sina fram- eller bakfötter, eller om tvenne djur hafva samma sätt att stiga upp? Huru många veta, huru talet „fyra“ ser ut på taftan af ett fickur. De flesta af Eder skola säga: fyra? sen på Edert fickur!

Den betydande, lärde Agassiz hade vunnit ett underbart resultat vid sina elevers uppfostran i iakttagande. Den företrädesvis utbildade iakttagelseförmågan, hvilken han utvecklade hos dem, bidrog tvifvelsutan väsentligen till det resultat ett stort antal af hans lärjungar nådde, i det de förskaffade sig goda platser och goda namn. Det berättas om honom, att en af hans älsklingslärjungar en dag bad honom om fortfarande undervisning i detta hänseende. Agassiz öfverräckte åt honom ett fat med en fisk och bad honom sorgfälligt pröfva densamma och senare redogöra för honom, hvad han hade iakttagit hos fisken. Lärjungen hade tidigare redan sett detta slags fisk och kunde icke förstå, hvarföre professorn hade gifvit honom en så enkel uppgift. Han betraktade mästerværket, men såg intet af intresse. Han kunde icke finna professorn och var tvungen till sin stora förtret att dröja vid den tråkiga fisken i timtal. Efter en stund tog han, för att blifva enformigheten kvitt, fisken ut ur fatet och begynte teckna densamma. Detta skedde nog lätt, tills han började foga enskildheterna till ett tolalt helt. Då gjorde han den intressanta upptäckten, att fisken icke hade några ögonlock, men däremot några punkter af intresse, som voro nya för honom.

Då Agassiz hade återkommit, syntes han vara bedragen öfver att studenten hade funnit så litet hos fisken och bad honom att ännu några timmar försöka studera densamma. Då studenten såg, att han icke kunde undfly, begynte han arbetet med allvar, dragande därvid till minnes Agassiz anmärkning: „En blyertspenna är ögonens bästa medel“. Han begynte se allt mer och mer hos fisken och blef helt intresserad för uppgiften.

Professorn kom tid efter annan och hörde om studentens nya upptäckter, men sade litet eller alls intet. Han höll studenten i arbete vid samma fisk i tre dagars tid och studenten förundrade sig mycket öfver, att han förut hade kunnat se så litet där, hvarest dock var så mycket att se och iakttaga. Många år därefter hade studenten förvärfvat sig ett stort namn och plägade berätta denna historie med anmärkningen, att den lektion, som han hade gjort sig till godo vid studiet af den där fisken, hade drifvit honom till ett grundligt ingående på enskildheter vid hvarje följande studium, och den sålunda förvärfvade erfarenheten var för honom af oskattbart värde. Om Agassiz säges det, att han skulle hållit ett folkeligt föredrag öfver en insekt, sådansom gräshoppan, och kunde göra det så intressant, att åhörarena blefvo lika hänryckta, som om de skulle sett ett teaterstycke.

I London finnas platser, såsom det heter, hvarest unga tjufvar inläras konsten att snabbt och skarpt iakttaga. Prvfessorn, som undervisar de unga odågorna, tager i sin hand ett antal små föremål, t. ex. en nyckel, en knapp, ett mynt, en ring o. s. v. Han öppnar sin hand för ett ögonblick framför sin klass, som nu uppfordras att icke allenast benämna de sedda föremålen, utan också att beskrifva dem. Sedan blifva föremålen omblandade, och gossarne måste genast upptäcka det nya föremålet. Dessa studenter utsändas efter en undervisningskurs att tigga, De bemöda sig att kasta en blick in i byråer, rum, hus o. s. v. och att iakttaga ett värdeföremål inom sitt synhåll, dess plats, dörrar, lås o. s. v. De utpeka hufvudkvarteret, och om utsikterna äro goda, iståndsättes en inbrottstjufnad.

Ofvannämnda liknar, som man ser, uppfostringsmetoden för „Kim", hvarom vi berättat i ett föregående kapitel. Läsaren af Conan Doyles fängslande Sherlock Holmes berättelser skall erinra sig den där amatörhemlighetspolisens iakttagelseförmögenheter och de

därigenom uppnådda resultaten. Spelare äro skarpa iakttagare och kunna ofta nämna sin motståndares kort genom dennes ansiktsuttryck, ehuru motståndaren icke får märka det, att han själf förrådde sig.

Italienarena hafva ett spel benämndt „Morra", som är mycket omtyckt ibland deras gossar och hvilket gör de små gossarne uppmärksamma som räfvar vid regelrätt spelande. Det spelas af två gossar och består däruti, att båda på samma gång utsträcka ett antal fingrar, i det att hvarje spelare så snabbt han kan utropar fingrarnas antal, som den andra visar. Vi hafva betraktat en variation af detta spel, som de italienska tidningspojkarna leka, under det de vänta på tidningarne. Den ena gossen väntar, tills han äger den andras uppmärksamhet och då håller han plötsligt sin knytnäfve utsträckt med en eller flere fingrar upp och skriker: „Morra". Den andra gossen måste ofördröjligen nämna fingrarnas antal, eljest erhåller han af den andra ett slag öfver hufvudet med en tidningsrulle. Coture, den store ritläraren, lärde sina elever att rikta sina ögon några ögonblick på de förbigående och sedan försöka att rita dem. Efter någon öfning blef målet fullständigt uppnådt. Till först blef endast en hatt, en arm eller ett ben upptaget, men inom kort hela figuren med alla dess enskilda delar bragt till pappers. Uti ritskolan i Petersburg, Ryssland, läras eleverna att studera ett föremål under tio minuter, och de få sedan, efter föremlålets aflägsnande, taga ihop med att rita det. Den berömda läraren Varney ställde föremålet som skulle afbildas i ett rum och förde sina arbetande lärjungar i ett annat, men lät dem likväl då och då blicka på objektet.

Garbielli, en fransk målare, målade ett mycket uttrycksfullt porträtt af James Gordon Bennett, som han endast hade sett engång, då han snabbt for förbi uti en vagn. En af Lincolns mest träffande bilder, som vi nånsin sett, blef målad af en talangfull, men alldeles

obekant konstnär i New Jersey, som var en stor beundrare af presidenten, hvilken han endast engång hade sett. Konstnären blef så öfverväldigad af sina känslor, då han erfor om den af honom afgudade, dyrkade mannens mördande, att han sökte tröst vid sitt staffli, i det han målade den mördade presidentens anletsdrag alldeles ur minnet. För många år sedan, ungefär 1845, blef de sköna konsternas gamla akademi förstörd genom eld i Filadelfia, och tillika med andra värdefulla bilder gick en af Murillo målad tafla „Roms dotter“ förlorad. Nästan 35 år senare målade Sartain bilden ur minnet. 1805 togo de romerska trupperna ett mästerstycke af Rubens med sig, hvilket torde hafva varit en altartafla från St. Peterskyrkan i Köln. En af ortens målare, en stor beundrare af målningen, förfärdigade däraf en kopia ur minnet, som synes vara absolut fullkomlig hvad teckning, enskildheter och färg beträffar. Orginaltaflan blef senare gifven tillbaka och kopian jämförd därmed, men den noggrannaste pröfning låter icke någon märkbar olikhet göra sig gällande emellan båda. I ett af en storstads betydande hotell finnes en betjent, som emottager gästernas hattar vid inträdet i matsalen i förvar. Han är i stånd att utan ett enda misstag återlämna åt enhvar hans hatt genom det sommanband han knyter emellan personens ansikte och dennes hatt, som han återkallar i minnet medelst ögonminnet. Jag sticker ansiktet under hatten och då vet jag, hvems hatt det är, säger han, och då hvarje gäst lämnat rummet, utlämnas till honom hans egen hatt. Många hotellägare känna namnen på tusenden bland sina gäster. — Om Von Stevens, en f. d. polistjensteman från New York, berättas en historia, att han ville fastställa karaktären hos en man, som bebodde ett rum, som han höll tillslutet för alla inträngande. En dag bultade Stevens på, och dörren öppnades några tum ett ögonblick; Stevens uppfattade under detta ögonblick hela rummets innehåll. Han såg

rundtomkring klädesplagg af alla slag, igenkände ibland dem vissa dräkter, som begagnades till förklädnad af en man, hvilken han „behöfde“. Ett fasttagande följde, och mannen visade sig vara en känd förbrytare, hvilken kontinentens polis sökte. En berömd polistjänsteman från London gifver anvisning åt nya män ifrån sitt embetsdistrikt att blicka åt båda sidor, under det de gå längs de af människor uppfyllda gatorna, då han hade varseblifvit, att genomsnittsmänniskan hufvudsakligen ser åt höger.

Ögat förmedlar naturligtvis åt hjärnan hvarje inträngande ljusstråle och man tror, att hvarje intryck svagt registreras vid des upptagande. Men anden underlåter att taga i förvar ett intryck och till följe däraf återkalla det i minnet, undantagandes dem, hvilka äro resultat af större eller mindre intresse eller uppmärksamhet. Men vi kunna så uppfostra synsinnet, att intrycken emottagas så klara och tydliga, att anden anser det löna mödan, att omsorgsfullt bevara dem, så att de vid behof åter skola kunna framkallas, i stället för att uppstapla dem i massor på affallshögarna, dår det är nära nog omöjligt att finna dem, när man vill hafva dem.

Ganska få människor äro skarpa iakttagare. Genomsnittsmänniskan erinrar sig en sak på allmänt sätt, när föremålet påminner om någonting, men detaljerna saknas. Likväl egnar man en sak af större intresse ett större mått af uppmärksamhet, och ett klart och fullt intryck blir bevaradt. Ett bevis på intressets sysselsättande i detta hänseende har man genomsnittsvis i exemplen af en herre och en dam, hvilka promenera på gatan makligt framåt. En annan dam, som bär en särdeles uppseende väckande drägt, går förbi. Båda iakttaga henne. Mannen påminner sig blott hufvudsaken, att hon var klädd i „något blått“ och att „hennes ärmar vidgade sig vid handleden och att hon bar en särdeles stor hatt. Då han erinrar sig så mycket, har han full-

gjort en stor tjänst. Många män hade icke sett ärmarna, och resten af intrycket skulle hafva varit inhöljdt i dimma. Men en dam vore i stånd att noga angifva hvad en annan bär på sig; lifvet och huru det var garneradt, ärmarnas stil ända in i minsta detalj; huru klädningen var tillskuren och af hvilka tyger den var sammansatt; dessas kvalité och sannolika pris; hatten och dess plymer, siden och sammet, alla stilens små punkter o. s. v. Hon är i stånd att beskrifva allt för en dam bland sina vänner hvad hon sett, och väninnan kan se allt detta med sina själs ögon. Nu ägde såväl mannen som kvinnan lika goda ögon, båda erhöllo ett fotografiskt intryck af den förbigående damen och hennes drägt och likväl — må man märka — hvilken olikhet uti iakttagelsen hos båda dessa människor! Hvad förorsakade olikheten? Helt enkelt det, att damens intresse hade afseende på drägten, och att hon hade uppfostrat sin uppmärksamhet att innesluta sådana saker inom sin synkrets. Hos mannen förefanns hvarken intresse eller uppmärksamhet härför. Och dock påminde sig mannen troligtvis, att frun i fråga hade strålande, blå ögon och mjukt, gullgult hår, d. v. s. i fall han var en ung man.

Men intressets egenskap kan uppfostras och afpassas och uppmärksamhetens egenskap skall åtfölja denna steg för steg.

Ni förstår det naturligtvis väl, att det icke är själfva ögat, som behöfver uppfostran; ty hvarje friskt öga utför väl sitt arbete. Det är den del af anden, som „ser“ medelst ögat, som behöfver lektioner, hvilka Ni är i begrepp att gifva. Ögat är kameran, anden är den för ljus emottagliga skifvan. Ni önskar att utveckla iakttagelseförmågan. Eder önskan inger Eder ett intresse för läroämnet och slutmålets och förehafvandets detaljer, och Ni egnar dessa Eder uppmärksamhet. Viktiga faktorer: intresse och uppmärksamhet, glöm dem icke! Men an-

den har varit trög och det erfordras tid, tålamod och öfning att förmå den till alvarligt arbete.

För att påminna sig föremålen bör man först och främst tydligt se dem; anden måste inregistrera ett klart intryck af dem och bevara dem omsorgsfullt såsom saker af värde. Och det enda sätt att föra anden därhän att göra detta, består däruti att uppfostra sina iakttagelseförmögenheter. Saker, som skola göra intryck på anden, måste omsorgsfullt och tänkande iakttagas. Denna iakttagelseförmögenheternas uppfostran skall rikligen belöna eleven för den därtill använda tiden och mödan, och arbetet i sig självt är ingalunda tröttande eller tråkigt, då arbetets framsteg är åtföljdt af en så i ögonen fallande utveckling på ett så älskligt sätt, att eleven nästan förgäter, att det är ett arbete, utan utgör långt mer en serie af intressanta experiment.

I nästa kapitel skola vi anföra åt Eder en mängd öfningar, hvilka äro beräknade till att utveckla Edra iakttagelseförmögenheter med afsikt att förhjälpa Eder till att se saker klart och omsorgsfullt. Dessa öfningar äro icke allenast nyttiga för uppfostran af Edert minne, utan skola de äfven gifva Eder sådana skarpa iakttagelseförmögenheter, att Ni skall blifva för Eder själf och andra en mera värd-och betydelsefull personlighet — mera än nånsin förut. Detta skall för Eder blifva en ädel uppfostran inom nya gränser.

FEMTE KAPITLET.

Öfningar uti att emottaga intryck genom ögat.

Handlar om de medel, hvarigenom förmågan af ett noggrant iakttagande och klart seende kan utvecklas och vårdas, på det att den studerande må vara i stånd att emottaga och bevara klara och tydliga intryck af ting, som komma inför hans ögon. — Intressanta och nyttiga öfningar gifvas den studerande, för att hjälpa honom uti „konsten att se“, och hvilka (noggrant utförda) skola utveckla iakttagelseförmågan till en förvånansvärd grad och icke blott stärka minnet mycket, utan äfven göra eleven till en god iakttagare och tjäna till att höja hans allmänna utveckling. — Vikten af föremålet skall icke fattas allmänt.

Öfning 1.

En af de enklaste, men bästa öfningar vid utvecklandet af iakttagelseförmågan består uti det korrekta betraktandet af bekanta föremål. Detta må synas vara en lätt sak, men, sedan Ni några gånger försökt det, kommer Ni att hafva större respekt därför.

Börja med att ställa ett bekant föremål framför Eder. (Något med en i ögonen fallande färg är att föredraga, emedan man lättare kan komma ihåg dylika föremål.) Antag, att det är en bok, ett äpple eller ett bläckhorn. Betrakta föremålet uppmärksamt, lugnt men betänksamt några ögonblick och försök låta bilden utöfva ett intryck på Eder själ. Tillslut därefter Edra ögon och försök att så vidt möjligt erinra Eder föremålet. Försök påminna Eder dess form och enskildheter. Fasthåll dessa ting i Edert medvetande. Öppna därefter Edra ögon och kasta en andra blick uppå föremålet och se, huru många enskildheter Ni glömt vid konstruerandet af den bild Ni

hade i minnet. Beakta dessa bortglömda punkter noggrant, slut därefter på nytt Edra ögon och bemöda Eder om att omgestalta bilden. Öppna sedan ögonen och tillgodogör Eder något nytt drag hos föremålet, upprepande detta, till dess Ni är i stånd att af föremålen bilda en ända in i hvarje enskildhet fullkomlig tankebild. Ringa öfning skall i detta experiment gifva Eder en underbar färdighet, som skall bereda Eder mycken glädje. Men det gäller icke allenast, hvad Ni genom detta experiment vunnit, utan Ni har därigenom gifvit Eder själf en föruppfostran i och för högre ting, hvilka nog skola göra sig förtjänta af Eder möda.

Öfning 2.

Efter det Ni behärskat öfning 1, tager Ni ett af de föremål, med hvilka Ni gjort bekantskap, och sedan Ni erhållit ett säkert intryck af det, försöker Ni att med en blyertspenna på papper teckna de allmänna drag och de enskildheter, hvilka Ni påminner Eder. Tveka icke, emedan Ni icke är någon artist. Vår mening är icke, att af Eder dana en konstnär, utan vi önska blott utveckla Eder iakttagelseförmåga och Edert minne af det Ni varseblifvit. Tag som första försök någonting lätt, och Ni kommer att känna Eder mindre nedslagen. Resultatet af Edert tecknande beror icke på dess konstnärliga värde utan på mängden af enskildheterna m. m., hvilka Ni kunnat erinra Eder klart nog för att bringa det på papper. Det är förvånansvärdt, huru dessa öfningar komma att uppöfva Eder iaktagelse- och minnesförmåga. Om en kort tid skall Ni vara i stånd att rätt betrakta en sak och sedan göra utkast till en teckning, som företer alla hufvudpunkter och enskildheter.

Ni förstår naturligtvis, att tecknandet icke sker direkt efter föremålet, utan efter den bild däraf, som finnes i Eder själ (Edert minne). Sedan Ni nu betraktat hvarje enskildhet i Eder minnesbild, kastar Ni en blick på

föremålet själft och ser efter, hvad Ni glömt. Därefter upprepar Ni detta liksom i öfning 1. I bägge dessa öfningar byter Ni ofta om objekt. På detta sätt vinner Ni färdighet och förskaffar själen en angenäm omvexling.

Öfning 3.

Börja iakttaga enskildheterna hos tingen i stället för att blott betrakta tingen i deras helhet. Det säges, att ett insigtsfullt betraktande är den svåraste punkten på konstens område. Försök icke att i början medels en blick få en fullkomlig bild af ett kompliceradt föremål. Det är något, som är senare öfning förbehållet, sedan Ni gjort vidare framsteg. Uppfatta enskildheterna hos föremålets delar; inprägla dessa i Ert minne och öfvergå sedan till nästa del o. s. v.

Tag t. ex. ansikten. Ingenting är mer kränkande än att hafva glömt ansiktena hos dem, hvilka vi råkat, och mången människas utseende är på grund af bristande korrekt iakttagelse häraf förstördt. Det ledsamma med de flesta af oss är, att vi bemödat oss om att minnas ansikten, i det vi betrakta dem i deras helhet och icke skänka enskildheterna någon uppmärksamhet. Börja praktisera hos Edra bekanta, vänd Eder därefter till främmande, och Ni skall inom kort blifva öfverraskad af de framsteg Ni gjort uti att komma ihåg enskildheterna i olika ansikten. Gif noga akt på näsan, ögonen, munnen, hakan, hårets färg, hufvudets allmänna form o. s. v. Ni skall finna Eder vara i stånd till att erinra Eder Schmidts näsa, Schulzes ögon eller Müllers haka o. s. v. Sätt Eder, förrän Ni gör detta, ner och försök beskrifva någon Edra intimaste vänners anletsdrag. Ni kommer att förvånas öfver huru inskränkt Edert minne är. Ni har aldrig kastat en skarpare blick på dem i och för utforskandet af enskildheterna i deras utseende. Om så är, huru kan Ni då vänta att komma ihåg främmande människors ansikten? Börja taga notis om en hvar, som möter Eder, och studera

noggrant deras anletsdrag, tag längre fram en blyertspenna och skrif ned en kort redogörelse öfver deras anletsdrag. Denna öfning skall visa sig vara mycket intressant, och Ni skall redan från början blifva varse Edra snabba framsteg.

En annan god öfning i detta hänseende är, att betrakta enskildheterna på yttersidan af en byggnad. Till först försöker Ni beskrifva en byggnad, förbi hvilken Ni dagligen går. Ni skall i någon mån vara i stånd att teckna en bild af det hela: konturerna, färgen o. s. v.; huru är det med antalet fönster i hvarje våning, med storleken af och platsen för dörrarna, takets form, portalen, skorstenarna o. s v.? Huru med taklisten, prydnaderna o. s. v.? Och takets vinklar? Ni finner, att Ni i själfva verket icke sett byggnaden. Är det ej så? Ni har blott ytligt blickat på den. Börja nu gifva akt på de byggnader, som komma i Eder väg och bemöda Eder om att under vidare förloppet af dagen i Edert minne teckna en bild af enskildheterna och se till, huru korrekt Ni kan erinra Eder bilden. Nästa dag tager Ni Eder före, att på samma byggpnad utforska nya enskildheter (Ni skall finna en mängd af dem) och fortsätt härmed så länge, tills Ni vet någonting om den ifrågavarande byggnaden. Detta är en mycket värdefull öfning för utvecklandet af iakttagelseförmågan.

Öfning 4.

Vi hafva omnämnt den öfning, genom hvilken „Kim“ blef dresserad. Vi hafva äfven sagt, huru unga tjufvar blifva uppfostrade genom en liknande öfning. Samma lärogång kan här af eleven användas med stor nytta och betydande tillfredsställelse, det sistnämnda är i synnerhet fallet, om två eller flere personer gemensamt öfva sig. Alla dessa öfningar kunna faktiskt gestalta sig intressantare, om två eller flere personer tillsammans utföra dem, hvarvid den, som skall lära sig, blir uppmuntrad genom

glad täflan och stort intresse, hvilket allt är egnadt att skärpa iakttagelseförmågan.

Följande öfningslek är intressant. Uppställ på ett bord åtminstone sju föremål, betäckta af en duk. Tag bort duken och räkna långsamt till tio, bred sedan duken åter öfven dem och låt alla medspelare beskrifva föremålen så bra som möjligt och sätta på papper det de sagt. Man kan införa en omvexling i leken, i det man företager sig borttagandet af duken och räknandet, medan endast en person sitter vid bordet, denne låter man begifva sig in i ett annat rum, för att där nedskrifva sina intryck, under det en annan tager föremålen i skärskådande. Antalet föremål på bordet kan ökas efter hand, tills de uppgå till femton. Det är underbart, hvilken grad af skicklighet uti att iakttaga på detta sätt kan uppnås af mången bland de täflande. Historien om „Kim“ och hans uppgift, om ock blott diktad, grundar sig säkert på en faktisk, af Kipling förvärfvad och en honom bekant erfarenhet; ty i Indien äro sådana öfningar någonting alldeles vanligt; liknande bevis fann man hos vissa Yogis. Och icke blott kunna dessa så öfvade taga del i en lek af detta slag, utan deras iakttagelseförmåga blifver så skärpt, att de utan ansträngning kunna i det alldagliga lifvet se ting, dem andra icke kunna varseblifva, och så skola dessa öfningar blifva af betydelse för dem uti det arbete med hvilket de äro sysselsatta.

Till samma klass af öfningar hör det experiment, som gjordes af Houdi, hvilken gick förbi en mängd skådefönster och sedan erinrade sig de däri utställda föremålen. Vi hafva talat om detta experiment i ett annat kapitel. Denna öfning kan företagas omvexlande med någon af de ofvan antydda. Detta bidrager till att få till stånd en omvexling och är äfven ägnadt att utveckla iakttagelse- och koncentrationsförmågan, under det iakttagaren är omgifven af larmet och de yttre synliga uppdragen. En mängd andra öfningar af samma slag skall

vid fortsatt framåtskridande erbjudas den sträfsamme, och han skall finna saken mycket tilldragande, så snart han en gång behärskar sättet, påh vilket dessa skola utföras.

Öfning 5.

Vi hafva sett en på landet allmän lek, som är ett förträffligt medel för utvecklandet af iakttagelseförmågan. Den är så till vida något skild från de ofvan omnämnda öfningarna, att uti denna föremålen äro stadda i rörelse och uppmärksamheten sålunda hastigt måste fästas vid dem, för att man af dessa skall kunna erhålla ett tydligt intryck. Denna lek utföres sålunda, att en person står bakom ett förhänge eller en gardin och kastar ett föremål i luften, så att den framför förhänget stående ett ögonblick kan se det vid dess hastiga uppstigande och nedfallande. De som öfvat sig uti att snabbt iakttaga, skola vara i stånd att beskrifva föremålet med en förvånansvärd grad af klokhet och noggrannhet. Flere föremål kunna samtidigt kastas i luften, allt efter som deltagarena erhållit mer öfning uti leken.

Öfning 6.

En intressant öfning är att hålla framför eleven en dominobricka och uppmana honom, att nämna totalsumman af prickarna på densamma, utan att som vanligt räkna dem. Sedan må man försöka detta med två brickor, så med tre o. s. v. Med någon öfning skall man vara i stånd att genast angifva totalsumman af prickarna på några brickor. En omvexling i denna öfning och en, som är mycket lättare att verkställa, är den att blixtsnabbt hålla ett spelkort för den som skall lära sig och uppfordra denne att nämna färgen på detsamma samt dess art och antalet tecken. Detta må till en början hellre ske långsammare och därefter med tilltagande hastighet, tills eleven slutligen blott är i tillfälle att kasta en ytterst hastig blick på de förbi ilande korten.

Öfning 7.

Många personer äro i stånd att vid första anblicken fatta innehållet uti ett kapitel af ett tryckalster. Mycket sysselsatta män, hvilka läsa tidningar, äga denna förmåga, och män och kvinnor, som syssla med tidningsskrifvande, äro i stånd att fatta innehållet af en hel sida, i det de, som det tyckes, blott kasta en hastig blick därpå. Människor, som uttala sig om böcker, hafva likaså denna gafvå. (Att faktiskt döma af karaktären af några uttalanden i dagpressen, ser bokens bedömare öfverhufvudtaget alls icke på boken.) I sitt redaktionsarbete har skriftställare månatligen att „genomgå“ en mängd vexelblad. Till en början kräfde detta mycken tid, men nu visar sig ett snabbt omvändande af bladen likaså nyttigt, och han tyckes nästan vid första anblicken „förnimma“ en intressant artikel. Allt detta är öfningssaker. Professor Porter vid Yale-universitetet skall t. o. m. vara i stånd att med en enda blick läså en half sida uti en vanlig lärobok.

Börja med försöket att i ett enda ögonkast läsa några ord; därpå satser, sedan några satser, vidare en grupp af satser, så afdelningar o. s. v. I allt sådant arbete, som går ut på att utveckla tankeverksamheten, måste man förfara på samma sätt som vid stärkandet af enskilda muskler och muskelgrupper — småningom stegrande.

Öfning 8.

En viktig öfning är, att i medvetandet bilda sig en föreställning om ett rum och dess innehåll. Många kvinnor kunna göra detta utan särskild undervisning, men hos de flesta män är iakttagelseförmågan i detta hänseende icke stor; de borde därför stärka och utveckla den. Är Ni en man och studerar dessa lektioner med en kvinna, skall hon vara i stånd att öfverträffa Eder i denna öfning och sannolikt också i de flesta andra.

Många kvinnor tyckas se allt, som intresserar dem, och många af dem glömma aldrig hvad de sett.

Gå in i ett rum och förskaffa Eder en mycket hastig öfverblick af detsamma och dess innehåll samt försök taga ett godt själsfotografi af om möjligt flere föremål: rummets storlek, takets höjd, tapetens färg, antalet dörrar och fönster, stolar, bord, mattor, taflor o. s. v. Gå sedan ut från rummet och nedskrif hvad Ni sett. Jämför sedan detta med rummet själft. Upprepa öfningen till dess Ni behärskar den. Genom öfning skall Ni vara i stånd att nästan utan möda korrekt beskrifva någon ort, som Ni besökt, emedan Eder iakttagelseförmåga, sedan Ni en kort tid uppöfvat den, automatiskt registrerar intryck.

Öfning 9.

Genomgå om aftonen den förflutna dagens händelser och bemöda Er om att erinra Er och beskrifva de saker och personer, som Ni mött och sett. Det är öfverraskande, huru litet Ni till en början förmår komma ihåg, och huru mycket Ni efter kort öfning är i stånd att framleta ur Ert minne. Det är icke så mycket skickligheten uti att erinra sig, utan förmågan att iakttaga. Eder medvetna självverksamhet skall erkänna nödvändigheten af, att tydligt aktgifva på saker och ting och sedan placera dem dit de höra.

SJÄTTE KAPITLET.

Emottagandet af intryck genom örat och minnet.

Handlar om emottagandet af intryck medels hörselsinnet. — Fördelen af att vårda denna förmåga. — Lagarna af hvilka den behärskas. — Exempel på förvånansvärdt uppfattande genom örat och minnet o. s. v. — Denna sida af saken skänkes vanligen ringa uppmärksamhet af dem som skall lära sig, och dock äro några af de viktigaste punkterna i uttvecklandet af minnesförmågan beroende af vården och skärpandet af „uppmärksamheten förmedels örat". — Hela tidsåldrar igenom bevarades fornfolkens religiösa, filosofiska och lagliga läror genom muntlig tradition, hvarvid minnet presterade sådant, som man nu nästan anser vara omöjligt, men som skulle kunna göras efter af hvem som helst, som blott med tillräcklig uppmärksamhet ägnar sig åt saken.

Vi hafva för vana att begagna ordet iakttagelse (perception) uti betydelsen: att medels synsinnet varseblifva något, men detta uttryck kan också användas vid tal om ett varseblifvande och urskiljande medels hörselsinnet. Det råder stor skillnad mellan olika människor beträffande dett sätt, hvarpå de emottaga intryck medels bägge dessa sinnen. Några erinra sig mycket snabbare det de se, medan andra finna det vara lättare att komma ihåg en sak, af hvilken de emottagit intryck genom hörseln. En man påminner sig en gammal bekant, så snart han ser honom, medan en annan icke känner igen en främmande persons utseende, men genast erinrar sig honom, då denne börjar tala. Vi känna fall, då personer, dem man på åratal icke sett eller hört någonting om, blifva igenkända af gamla vänner, då dessa höra deras röster i telefonen. Vi erinra oss ett fall, hvilket stod

omnämndt i en af de dagliga tidningarna, då en detektiv icke kände igen en bekant förbrytare, på grund af dennes märkvärdiga förklädnad och utrustning, men genast identifierade sin man och fängslade honom, så fort han talade, fastän det var tio år eller flere, sedan detektiven hört hans röst. Vi hafva känt män och kvinnor, hvilka igenkänt forna skolkamrater, dem de sedan barndomen icke sett, blott på grund däraf, att de påminde sig deras stämma, fastän den barnsliga prägeln i rösten ersatts med en mer mogen manlig eller kvinlig sådan. I regeln uppfattar man hastigare de intryck, som man emottagit medels örat, men på intet vis synes minnet bättre fasthålla det, som medels örat inträder i själen. Många af oss erinra sig hastigare det vi hört, än det vi läst. Några skriftställare äro dock af den åsikten, att, om det gäller att komma ihåg orden i ett föredrag, örat liksom understödes af ögat, så nämligen, att man påminner sig talarens yttre gestalt, hans gester, hans sätt att uttrycka sig o. s. v., och vi äro böjda för att åtminstone till en del vara af samma mening. Men föredraget synes vara vida mer „lefvande", om vi höra det, än om vi sedan läste det tryckt. Det är kanske bättre att om möjligt först höra och sedan läsa föredraget eller predikan och på detta sätt draga nytta af bägge dessa sinnen.

Musici hafva naturligtvis i märklig grad uppöfvat hörselsinnet, och den som äger ett musikaliskt öra kan genast upptäcka det ringaste missljud eller den obetydligaste afvikelse från den rätta tonen på violinen. Men många andra hafva också utvecklat denna förmåga i förvånansvärd grad. Maskinister kunna upptäcka den minsta afvikelse från den rena ton, som uppstår genom akta slag med hammaren på en maskindel. Järnvägstjänstemän kunna på grund af ringaste skillnad i ljudet få reda på, om någonting är i olag med hjulen eller järnvägsspåren, medan tåget rusar fram med stark fart.

De som sköta maskinerna, upptäcka minsta förändring uti maskinens bullrande, och till följd af denna varning, att något är i olag någonstädes, minska de genast styrkan. Gamla lotsar på floderna känna igen hvarje båt, som går på floden uppå deras olika sätt att hvissla, och invånarena i en stor stad lära sig känna de olika kyrkklockornas klang. Telegrafisterna känna de skilda operatörernas olikartade stil uppå deras linier och upptäcka i ett ögonblick en ny operatörs stil blott uppå den nästan omärkliga skilnaden uti instrumentets tryck.

Uti längst förgångna tidsåldrar, då skriftspråket ännu var nästan obekant, gick vetandat och erfarenheten i arf från far till son, från lärare till elev, och detta så att säga från mun till öra. Ahöraren måste vänja sig vid yttersta grad af uppmärksamhet och själsnärvaro; ty det som så lärdes, behölls i minnet och bevarades rätt samt öfverlämnades åter senare åt åhörarens son eller elev. Det berättas, att dessa studerande kunde läsa upp något af största längd, det de lärt sig, utan att lämna bort eller förändra ett enda ord. De gamla grekernas skaldestycken gingo på detta sätt öfver från slägte till slägte. Så skedde också med norrmännens vishetsläror (sagorna). Och på samma sätt fördes det gamla Persiens och Indiens filosofiska system fram genom tidsrymderna. De orientaliska lärarena hyste misstro till stenen och papyrusväxten och fövedrogo, att deras heliga läror skulle outplånligt upptecknas uti elevernas hufvud och så bestående bevaras som en lefvande sanning.

Det berättas att för öfver tvåtusen år sedan en kinesisk kejsare blef afundsjuk på sina företrädare och på storslagenheten uti de förgångna tidernas nationalhistorie. Han sökte förinta alla den förflutna tidens historiska, religiösa och filosofiska dokument, på det att i framtiden allt skulle datera sig från hans regeringstid. Han brände upp alla slags skrifna och inristade dokument, som funnos i riket, Confucius'verk inberäknade. Historien

som behandlade kejsardömets förgångna tider, blef förintad och fortlefver för närvarande blott i traditionen; men Confucius' verk fortbestå välbehållna, tack vare den underbara minnesstyrka, som en gammal confuciansk vis ägde, hvilken i sitt minne bevarat den lära han mottagit i sin ungdom, och som han hemlighöll, till dess den bildstormande kejsaren dött, för att den sedan skulle reproduceras efter hans diktamen. Så fullkomligt var hans minne, att man, sedan efter flere år ett gammalt confucianskt manuskript blef funnet, som på något sätt undgått den förre kejsarens förstörelseeld, kunde påstå, att den gamle vise icke utelämnat ett enda ord ur texten. Vår tids kineser hafva genom denna lektion profeterat, och skriftställare säga, att om de kinesiska klassikerna i dag skulle bli förstörda, så skulle en million kineser fullständigt förnya dem i morgon, trots det faktum, att detta arbete skulle vara liktydigt med återställandet af vår bibel.

Samma sed existerar i Indien, hvarest, fastän landet äger två årtusenden gamla manuskript, det dock gifves lärda, som i sitt minne hopat vidlyftiga filosofiska system, hvilka härstamma från en tid, då skrifkonsten var obekant för folket. Sanskrit är ett dödt språk, men det har genom traditionen lämnats i arf åt dessa religiösa och filosofiska läror — icke endast blotta orden, utan äfven accenten, diktionen och uttalet.

Det säges, att många lärda hinduer i våra dagar kunna läsa upp Veda, som innehåller nästan en million ord. Det fordras år, för att kunna behärska detta arbete uti utantilllärandet, då man dagligen blott lär sig få rader och mycket måste repeteras och utfrågas. Lektionen gifves alltigenom muntligen, och det är icke tillåtet att se i manuskriptet.

Kabalan eller judarnas hemliga lära fortlefde på detta sätt, och druidernas läror blefvo på samma väg, som man tror, ärfda och bevarade. De gamla grekerna och

romarena voro konstkännare uti detta slags minne, och exempel anföras på, huru borgarena ord för ord kunde npprepa viktiga tal, dem de hört.

Såsom Max Müller berättar, fortlefde hela texten och förklaringarna till Paninis Sanskrit-Grammatik i 350 år uti den muntliga traditionen, innan den blef nedskrifven. Detta arbete allena är af samma omfång som Bibeln. Det finnes för närvarande hindupräster, hvilka till punkt och prick kunna framsäga alla dikter uti Mahabarata, som består af 300,000 rader. De slavoniska minnesångarena i vår tid kunna ytterst långa episka dikter utantill. Och Algonqui-indianerna memorerade och framsade felfritt sina sagor eller mystiska legender, som voro af nästan oändlig längd. Islands gamla lagar voro icke skrifna eller tryckta, utan landets domare och sakförare behöllo dem i minnet. Och deras sagor berätta, att den tidens rättslärda icke blott voro i stånd att bevara i minnet själfva lagarna, utan äfven den oändliga mängd precedensfall, som hopat sig till lagen.

Naturligtvis behöfves i vår tid icke en sådan minnesverksamhet, men vi betvifla icke, att, om nödvändigheten skulle fordra det, vår tids människor genast skulle kunna upprepa de gamlas konstprestationer.

Att läsa högt har bevisat sig vara till stor hjälp, då man skall lära sig utantill det lästa och inprägla i minnet ordens betydelse. Longeve säger: Genom att läsa högt vinner man förmåga att analysera, hvilket man aldrig erhåller genom att låsa sakta. Ögat öfverfar sidorna, hoppar öfver långtrådiga stycken, glider öfver farliga ställen. Men örat hör allt. Örat gör intet urval. Örat är ömt, känsligt och klartseende i en för ögat ofattlig grad. Ett flyktigt betraktadt ord, som obemärkt skulle ila förbi, ger sig tydligt tillkänna, då man läser högt.

SJUNDE KAPITLET.

Ofningar uti att emottaga intryck genom örat.

Handlar om utvecklandet af förmågan att emottaga intryck medels hörseln och minnet i enlighet med föregående kapitel och gifver oss talrika öfningar för utvecklandet och vården af förmågan af ett intelligent hörande. — Exempel på en mycket utvecklad förmåga att medels örat uppfatta visar oss, att de flesta människor hafva hörselsinnet blott ofullkomligt utveckladt och skänka det de hört blott ringa uppmärksamhet, och att denna förmåga genom förståndig öfning i hög grad kan utvecklas och stärkas. — Kompetenta anktoriteter hafva fastställt, att „hälften af den existerande döfheten är en följd af ouppmärksamhet“ och hälften af de dåliga minnena människorna äga är att tillskrifva samma orsak. — Dessa öfningar hafva till ändamål att godtgöra denna skada. — Detta kapitel innehåller ett värdefullt system, behållandet i minnet af det man hört, enligt de af de gamla hindulärarena framställda grundsatserna, efter hvilka de läto sina heliga läror gå i arf.

Det är myckets svårare att göra upp en förteckning öfver de öfningar, som skola uttveckla iakttagelseförmågan medels örat, än ett göra upp en sådan vid tal om ögat. Framställde vi utvecklandet af iakttagelseförmågan medels örat på samma sätt som af iakttagelseförmågan förmedels ögat, så skulle vi föras ut på ett område af ringa praktiskt värde för oss. Vi skulle beskyllas för att hafva lärt vara elever konsten uti ett efterhärmande och buktalande i stället för konsten uti att utveckla minnet. Buktalaren, som naturligtvis är väl bekant för Eder, återgifver så korrekt ljudet af den mänskliga stämman, sådan den höres på afstånd, att vi fullständigt blifva bedragna däraf. Hans konst är icke blott ett troget återgifvande af ljud, utan den är äfven ett utvecklande i så hög grad af iakttagelseförmågan förmedels

örat, att han kan urskilja den obetydligaste skillnad i de ljud, som nått honom, och på så sätt är han i stånd att återgifva dessa. Många barn äga denna förmåga och bemärka och bevara så noga de intryck af ljud som träffat dem, att de äro i stånd att med en skicklighet i betydande grad återgifva dem.

Beträffande utvecklandet af hörselsinnet äro stora skiljaktligheter märkbara hos olika människor. Några hafva ett mycket skarpt öra för ljud i allmänhet eller för ljud som tillhöra något särskildt slag, men hafva ett mycket blygsamt eller alldeles ringa mått af iakttagelseförmåga beträffande musikaliska toner, medan å andra sidan många musiker äro kända för att vara döfva för yttre (icke musikaliska) toner. Däremot äro några i stånd att mycket snabbt urskilja vissa slag af toner, medan de knappast kunna förnimma andra.

Vårt påstående i ett föregående kapitel, att uppmärksamhet och intresse äro nödvändiga, innan själen kan registrera ett klart intryck, som man lätt är i stånd att reproducera, är isynnerhet sant, om det gäller intryck emottagna medels hörselsinnet. Förnämsta auktoriteter hafva fastställt, att „hälften af all döfhet, som existerar, är en följd af ouppmärksamheten“. Är detta fallet, så kommer man lätt att inse, att bästa sättet för skärpandet af iakttagelseförmågan medels örat är: att utveckla uppmärksamheten och intresset. Man skall kanske bättre inse detta, om vi betänka, att vi i flesta fall äro nästan alldeles glömska för ljud omkring oss, då vi fördjupat oss i något ämne, i hvilket fall ljuden obehindradt komma in genom örat; men emedan själen är sysselsatt på annat håll, så underlåter den att taga notis om de emottagna intrycken. I många fall skola vi dock påminna oss saker, om hvilka man frågar oss, och hvilka vi då icke hörde på. Detta är verkningarna af den omedvetna själsverksamheten, om hvilken vi komma att tala i ett annat kapitel.

Det är beklagligt, att i vår moderna tid uppöfvandet af hörselsinnet i så hög grad försummas. Det kan bereda oss både mycken tillfredsställelse och njutning samt också göra oss stor tjänst, om det utvecklas och uppöfvas så, att vi af det kunna erhålla de fördelar, som det just vill förskaffa oss. Hörselsinnet kan utvecklas och uppöfvas till större verksamhetsförmåga än något af de andra sinnena. Det kan skärpas genom öfning och vård och försvagas genom försumlighet och ouppmärksamhet. Indianen har ett så underbart hörselsinne, eller han har snarare så öfvat sig uti att höra, att han, då han lägger örat mot jorden, är i stånd att höra sin annalkande fiendes steg. Redan ett blads prasslande eller en grens knakande hör han. En orkesterdirigent märker den minsta falska ton eller afvikelse från tonarten i orkestern och är i stånd att utan tvekan upptäcka den musiker, som begått felet. Blinda, hvilka äro hänvisade till sina andra sinnen, hafva hörselförmågan utvecklad i beundransvärd grad. De hafva så uppöfvat hörselsinnet eller hellre uppmärksamheten på och intresset för ljud, så att de på ljudet af sina egna steg kunna säga, om de gå förbi ett fast stående föremål, och på samma sätt kunna de skilja emellan en lyktstolpe och en man, som stilla står bredvid densamma.

Vi skola vidare här nedan gifva exempel på några öfningar, hvilka äro bestämda att visa, huru man genom öfning kan utveckla hörselsinnet. Dessa uppgifter hafva hufvudsakligen till ändamål att tjäna som förslag och mönster för den, som skall lära sig, på det han må vara i stånd att draga nytta af de tillfällen, som på nära håll erbjuda sig honom i hans dagliga kall.

Öfning 1.

Då Ni vandrar längs gatorna, skall Ni bemöda Eder om att uppfånga och i minnet kvarhålla något af de förbigåendes samtal, till hvilket Ni lyssnat. Ni skall

öfverraskas utaf antalet af och olikheten uti de ur sitt sammanhang lösryckta satserna, dem Ni under Eder promenad förbi endast några kvarter hört och behållit i minnet. Det hela är uppmärksamheten och intressets sak. Denna uppgift är ju blott af värde som öfning, medan Edra iakttagelser äro af ingen betydelse, i fall Ni icke är en utforskare af det mänskliga väsendet.

Öfning 2.

Bemöda Eder om, att bland de människor, som möta Eder, urskilja de olika rösterna och att påminna Eder en röst, om Ni åter får höra den. Hvar och en har en för honom egen röst, och det är helt intressant att studera rösternas olika tpper och deras karaktäristik. Ni skall äfven finna, att personer från skilda länder och från skilda delar af vårt eget land hafva olika ljud och egendomligheter i språket. Vi hafva känt resande, hvilka nästan utan undantag kunde afgöra, från hvilken landsdel en person var, blott därigenom att de hörde honom tala. Vidare ger sig ofta en människas karaktär till känna genom rösten, och den, som skall lära sig, blir genom aktgifvande på rösten i stånd att erhålla ett begrepp om talarens andliga beskaffenhet. Det skall löna Eder möda, att under lediga ögonblick ägna liten uppmärksamhet åt dessa saker.

Öfning 3.

En intressant öfning är att stå på an plats, hvarifrån Ni icke kan se de talande personerna, och att bemöda Eder om att särskilja emellan deras röster och identifiera hvarje person, som just talar. Vi hafva hört omtalas en lek af detta slag; ett antal personer sitta bakom ett förhänge eller en gardin och yttra några ord, hvarvid de söka förställa sina röster. De som äro framför förhänget försöka nu nämna rätta namnet på den som talat. Det säges, att resultatet lär vara roande, i det många

tycka det är svårt att t. o. m. känna igen sina bästa vänner och slägtingar på rösten, medan andra, som med större uppmärksamhet gifva akt på rösterna, kunna afgöra hvem som talat.

Öfning 4.

Vi kände ett ungt fruntimmer, som arbetade uti en stor kontorsbyggnad och som kunde känna igen hvarje person, som hade sitt kontor i denna långa korridor, uppå ljudet af hans fotsteg. Hon påstod, att hvarje steg hade sitt särskilda kännetecken, och hon gick så långt i sitt påstående, att hon försäkrade, att den gåendes karaktär gaf sig tillkänna uti det ljud, som uppstod, då han satte foten på golfvet. Detta är ett område för den, som vill studera karaktärer på samma gång han utbildar hörselsinnet.

Öfning 5.

Ni kommer att finna det intressant och nyttigt, att bemöda Eder om, att erinra Eder precis de ord, som riktats till Eder under den förflutna dagen. Mycket få människor äro i stånd att korrekt upprepa, hvad man för några ögonblick sagt dem. Hufvudsakliga orsaken härtill är ouppmärksamhet. Alla principaler veta, huru litet man i allmänhet i detta hänseende kan förlita sig på uppmärksamheten och minnet hos dem man har i sin tjänst. Genom ett dylikt vårdande af uppmärksamheten och minnet skall Ni hafva nytta uti Edert affärslif.

Öfning 6.

En nyttig öfning är, att lyssna till est enkelt musikstycke eller en lätt melodi och sedan försöka antingen gnola på eller hvissla det eller densamma. Så enkelt detta må synas, skall det dock visa sig vara till stor hjälp vid utvecklandet af hörselförmågan och skärpa uppmärksamheten för ljud. De, som öfva sig uti detta,

skola finna, att de vunnit nytt intresse för melodier och komma att glädja sig mer åt musik än någonsin förut.

Öfning 7.

Ni skall öfvervara så många föredrag, predikningar, tal o. s. v. som möjligt och skänka hvart och ett af dessa stor uppmärksamhet samt sedan bemöda Eder om att skrifva ned hvad Ni minnes af det Ni hört. Diskutera öfver talet, analysera det och återgif om möjligt de ord, som blifvit använda. Detta är icke blott till nytta för utvecklandet af iakttagelseförmågan förmedels örat och minnet, utan det är äfven ett af de bästa medlen för att kunna blifva en god talare. Studenter, hvilka en lång tid suttit vid sin älsklingsprofessors fötter, skola småningom mer eller mindre tillägna sig hans sätt. Åhörandet af goda talare skall småningom uti åhörarens själ bringa till utveckling förmågan att uttrycka sig, som blir vida större än den han hittills ägt. Detta besannas isynnerhet, i fall den studerande bemödar sig om att upprepa de satser och uttryck han hört. Om någon lär sig utantill delar af utmärkta talares föredrag och försöker återgifva icke blott orden utan om möjligt äfven betoningen och uttrycket, skall han finna, att genom denna själfuppfostran förmågan att hålla föredrag och att uttrycka sig snabbt kommer att utvecklas, hvilket skall visa sig vara mycket nyttigt för hans återstående lif.

Öfning 8.

Bästa metoden för utvecklandet af förmågan att i minnet kvarhålla det man hört är den, som hinduerna och andra folk använde vid öfverlämnandet af sina heliga läror och filosofiska system åt eftervärlden, och på hvilken vi i de föregående kapitlen häntydt. Nyckeln till och hemligheten af deras märkvärdiga system är: obetydlig början, ett småningom skeende tilltagande och

ett ofta upprepande. Vi vilja uti andra kapitel af denna bok behandla detta system i dess enskildheter i samband med öfningen uti att lära sig utantill innehållet af en tryckt sida o. s. v.; i denna del af boken vilja vi hufvudsakligen genomgå det allmänna. Hindulärarena begynner med den studerande framsägandet af endast en rad uti deras Veda. Den sistnämnde memorerar denna rad grundligt, outplånligt inpräglande i sitt minne orden och deras betydelse så, att han känner hvarje ord på raden som stode det framför honom. Han kan upprepa raden ut och in och känner hvarje ords ställning i satsen. Nästa dag lär han sig sedan en andra rad, hvarefter han upprepar första raden, som sedan följer på den nyss inlärda andra raden, förenande därpå bägge i sitt medvetande. Följande dag fogas härtill en tredje rad, de båda första upprepas och den tredje förbindes med dem o. s. v., en rad dagligen och ett beständigt upprepande af de gamla och tillfogande af nya rader till dessa. Upprepandet är naturligtvis en viktig sak, emedan den studerande härigenom är tvungen att ständigt på nytt genomgå de förut inlärda raderna; för hvarje gång fördjupas intrycket. Dessa ständiga upprepningar tjäna äfven till att göra raderna smidigare, hvarigenom hvarje rad bringas i nära förening med en föregående och efterföljande, orh det hela synes, som skulle man lärt sig det på en gång; på detta sätt uppnår helhetsintrycket sin fulländning. Senare är studeranden i stånd att uppfatta två rader dagligen, sedan tre o. s. v., tills han förvärfvat sig en otrolig prestationsförmåga. Men hinduerna varna för försöket att i början lära sig utantill för många rader dagligen, emedan minnet småningom måste uppöfvas för detta arbete.

Studeranden af detta, som önskar utbilda sig i detta hänseende, ville vi råda att vid detta arbete låta en vän hjälpa sig så, att denne första dagen skulle läsa för honom en rad, hvilken han sedan upprepar, tills den

fastnat i hans minne. Nästa dag repeterar han därpå först raden och lär sig den andra, samt upprepar bägge raderna o. s. v., nöjande sig med en rad dagligen under en månads tid, innan han försöker sig på någonting mera. En rad ur någon dikt är till en början lämpligast. Vi känna ingen dikt, som bättre skulle lämpa sig för detta ändamål än Scotts „Frun från hafvet", i hvilken stilen är tilldragande, rytmen behaglig och ämnet intressant. (Denna dikt på engelska. Svenskarna finna bland sina skalder äfven passande öfningsstoff. Öfvertättarens anm.) Sedan studenten hört en rad första gången uppläsas, skall han bemöda sig om att upprepa densamma. Om han icke klart och tydligt kan göra detta, borde han om några minuter låta någon uppläsa raden för sig o. s. v., tills han kan den grundligt. Han må sedan framsäga den några gånger, tills han tror sig kunna densamma och sedan försöka återgifva den. Om den så fastnat i hans minne, att han af orden kan forma en själsbild, skall han hafva mindre svårigheter, då han en gång tillägnat sig konstgreppet.

Följande dag upprepar han den rad han redan lärt sig, innan han tager itu med andra raden, och sedan han på ofvan skildrade sätt lärt sig denna grundligt, må han förena bägge satserna. De följande dagarna fogar han dagligen en rad härtill; en ny rad för hvarje dag, därvid observerande, att upprepandet för honom är den viktigaste saken. Han måste tänka på ordens betydelse likasom på orden själfva och bemöda sig om att teckna en själsbild af det som skildras. Man må till en början icke eftersträfva för mycket. Den ena raden dagligen är nog tillräcklig, för att Ni bekvämt och utan ansträgning skall kunna upprepa den. Låt icke ett ringaktande begrepp om läroplanen tränga sig in på Eder på grund af uppgiftens skenbara enkelhet och „lätthet". Detta är samma plan, genom hvilken hindu-studenten lär sig att till minnet öfverföra böcker af samma omfång som vår

bibel. Genom ständigt upprepande blir han småningom i besittning af denna konst.

Vi vilja, som tidigare antydts, utförligt behandla denna hindu-metod uti kapitlet „Samlingssystem“ i sammanhang med utantill—lärandet af tryckta ord; men i detta kapitel, hvarest det är tal om öfningar uti hörselförnimmelser, anse vi det vara lämpligt, att rikta elevens uppmärksamhet på det faktum, att, om man önskar erinra sig det som talats i ens närhet, detta är den ena stora väg, på hvilken detta kan åstadkommas. Det är icke blott utantill—lärandet af stroferna i en dikt, utan Ni uppöfvar och utvecklar äfven örat och minnet uti att emottaga, samla och åter framkalla intryck. Ni skall finna, att genom dessa öfningar Edert hörselminne dagligen skärpes. Det är värdt all den möda Ni lagt på det.

Om Ni märker, att Edert intresse aftager vid denna öfning, så må Ni till omvexling taga en annan dikt eller ett annat föremål, men icke glömma, att tid efter annan repetera de gamla raderna. Denna omvexling skall gifva Eder ny smak för öfningen och göra det möjligt för Eder att med förnyadt intresse återgå till de gamla raderna.

ÅTTONDE KAPITLET.

Tankekombination.

Handlar om den stora lag uti medvetandet, af hvilken förmågan att erinra sig, bekant under namn af idé-association i så hög grad är beroende. — Vår tankeföljd är lika mycket resultatet af en lag, som flodens stigande och fallande äro det. — Våra tankar och de intryck vi kvarhållit äro alltid på något sätt förbundna med hvarandra, fastän det ibland är svårt att finna föreningslänken. — Detta kapitel behandlar föremålet tankekombinationen (idé-associationen) och visar oss de olika former och lagar, af hvilka det styres. — Jämte uppmärksamheten är denna punkt den viktigaste vid minnets uppöfvande, och föremålet själft är fullt af intresse och visar oss ett vidsträckt tankeområde.

Många af oss inbilla sig, att våra tankar på måfå och utan att vara beroende af någon lag strömma in i vår själ, i fall de icke af viljan drifvas in i en bestämd riktning. Om vi tycka oss märka den skenbara saknaden af samband mellan efter hvarandra följande tankegångar, må vi urskuldas beträffande en dylik mening. Denna uppfattning är dock vidt skild från det rätta sakförhållandet, ty fastän föreningslänken icke synes klar, så gifves det dock städse en sådan emellan en tankegång och en på denna följande. Tankekombinationens lag härskar härvidlag och är lika okuflig som lagen om orsak och verkan på andra områden, lika oföränderlig som lagen om tyngdkraften. Våra tankars oafbrutna följande på hvarandra är lika mycket resultatet af en lag, som äpplets nedfallande från trädet, flodens stigande och sjunkande. Våra tankar äro alltid på något sätt förbundna med hvarandra, fastän vi uti många fall icke tyd-

ligt kunna bevisa förbindelsen. De följa gruppvis på hvarandra, och hvarje grupp, hvars tur det är, står i förbindelse med en annan grupp.

I ett föregående kapitel talade vi om den viktiga roll uppmärksamheten spelar vid uppöfvandet af minnet. Jämte uppmärksamheten finna vi tankekombinationen vara den viktigaste faktorn uti vårt tema. Minnets förmåga att bokföra beror hufvudsakligen på graden af den uppmärksamhet, som riktats på det tänkta objektet eller subjektet, medan förmågan att återkalla i minnet i väsentlig grad beror på det trängre förhållandet uti tankekombinationen, genom hvilket ett intryck är förknippadt med andra intryck, hvilka reden förut blifvit bokförda. Auktoriteterna på psykologins område gå så långt, att de påstå, att tankekombinationens lag är för psykologin detsamma som tyngdkraftens uti fysiken. Vanan uti en korrekt tankekombination är en af de viktigaste rekvisitionerna i afseenda å uppöfvandet af minnesförmågan.

Vid bokförandet och samlandet af intryck skola de bästa resultat ernås, om vi koncentrera vår uppmärksamhet på det föremål, som är under observation. Gäller det däremot att återkalla i minnet dessa intryck, skola de bästa resultat uppnås, i fall man är i stånd att förena det äskade intrycket med ett eller flere andra intryck. Ju större antalet af de med hvarandra förbundna intrycken äro, desto lättare är det att minnas dem. Om vi icke emottagit något tydligt intryck, blir det vi i minnet framkalla ofullkomligt, och, om detta icke på något vis är förbundet med andra intryck, kunna vi öfverhufvudtaget icke åter framkalla det.

Tankekombinationens grundsats hvilar på det märkvärdiga sträfvandet hos ett intryck, att, blifva förenadt, med andra intryck så, att, då detta återkallas i minnet, äfven de härmed förbundna intrycken bringas in på medvetandets område. Bain säger: „Tankekombinationer, hvilka ensamma äro för svaga att verka ett upplifvande,

kunna detta genom gemensamt arbete." Ribot förklarar, att „de två hufvudsaker, hvilka tjäna som grundval för idé-associationen, äro likhet och angränsning."

Idé-associationen genom likhet beror på det faktum, att ett intryck, antingen ett nytt eller återframkalladt, har en böjelse för att vilja upplifva ett tidigare emottaget intryck, som är detta likt i en särpunkt, och så förenas bägge dessa i medvetandet. Det första intrycket får icke hafva varit tidigare kombineradt med det andra, och det sistnämnda må åter hafva blifvit framkalladt i minnet genom en lång kedja idé-kombinationer; men om dessa betraktas som nära förbundna med hvarandra, äro de således innerligt förenade, och det ena intrycket skall återframkalla det andra, utan att betjäna sig af den för idé-associationen förut nödvändiga tankekedjan. Dessa båda intryck må ursprungligen hafva blifvit bokförda på från hvarandra vidt liggande tider och skilda orter, men är likheten stor, eller har den funnits genom uppmärksamhetens skärpande, blifva de så omedelbart förenade med hvarandra, som skulle de hvad rum och tid beträffar alldeles gränsa till hvarandra. Den uppöfvade tanken finner snabbt likhetspunkter mellan, som det tyckes, vidt skilda ting, och denna varseblifna likhet bokför sig själf i medvetandet. Man behöfver blott gifva en sådan själ en påstötning, och den skall ur minnet framleta en förundransvärd kedja förenade tankar, fakta, tilldragelser, illustrationer o. s. v. Å andra sidan är den försumliga icke i stånd att återkalla i minnet skilda intryck genom upptäckandet af likheter förmedels denna tankekombinationens princip, emedan han icke skänker förhållandet tingen emellan någon uppmärksamhet, utan han kan blott erinra sig de ting, hvilka äro förbundna med hvarandra genom angränsning.

Tankekombinationen genom angränsning är såsom räknandet, ett band med pärlor af hvarje slag, den ena vid den andra uti den ordningsföljd, i hvilken de blefvo

uppträdda, medan idé-associationen genom likhet är liksom utdragandet af en låda, hvari allt, hvad vi veta om det under observation stående föremålet, blifvit placeradt, och likt uttagandet af det ena föremålet efter det andra, allt hur det faller sig, i det man uppsöker det, som passar bäst för det tillfället, utan afseende å den tid, under hvilken det bevarats. Så förenade intryck kunna med lätthet åter framkallas i minnet, i fall ett tillfälle därtill erbjuder sig, hvilket anropar våra förflutna erfahrenheter och intryck om bistånd, medan detta tillfälle är första orsaken till återupplifvandet af all den kännedom om föremålet vi äga och af de erfarenheter i afseende å detta, som vi hafva samlat och inpräglat i vårt minne.

Tankeförbindelsen genom angränsning är beroende af det faktum, att ett nytt och uppfriskadt intryck sträfvar att återframkalla andra bokförda intryck samtidigt med eller omedelbart efter hvarandra. Intryck, betecknade i omedelbar följd efter hvarandra, sträfva efter att så förenas, att, då man minnes det ena, man äfven påminner sig det andra. Det råder en säker analogi emellan ett intryck och ett omedelbart föregående eller efterföljande. I allmänhet kan man säga, att något sådant, som ett ensamt för sig stående intryck icke existerar. Hvarje intryck är praktiskt fortsättningen på ett föregående och början till ett efterföljande. Som Ribot säger: „Om vi t. ex. läsa eller höra en mening, stannar vid begynnandet af det femte ordet något af det fjärde kvar. Slutet af det fjärde ordet inverkar på början af det femte“.

Vid idé-association genom angränsning bokföras olika intryck i direkt följd efter hvarandra; och om ett åter framkallas, för det med sig ett annat o. s. v. från intryck till intryck. På detta sätt blir det lätt att åter upprepa en bekant sats ord för ord, såsom de stå i texten, men vi skulle finna det vara mycket svårt att bakfram framsäga den eller att på måfå nämna de ord, som bilda

satsen. En dikt, där slutet af hvarje ord ju är förbundet med början af ett nästföljande, blir lätt för oss att framsäga i dess ursprungliga ordningsföljd, emedan hvarje ord låter oss ana det följande. Ett barn läser upp alfabetet från A till Z med lätthet, men bed barnet uppräckna bokstäfverna i omvänd ordning från Z till A, och det skall ej vara i stånd att göra detta, om det icke öfvat sig alfabetet i denna ordningsföljd. Några människor, hvilka förskaffat sig en betydande färdighet i minneskonsten, kunna framsäga hundratal ord med tillhjälp af denna form af idé-association, men känna sig ur stånd att begynna vid någon bestämd punkt i uppgiften, om man tvingade dem att utelämna föregående del. Vi hafva hört historien om Leyden, som kunde framsäga en hel parlamentsakt från början till slut utan att lämna bort ett ord, men som var oförmögen att taga upp någon enda angifven del utan att upprepa de föregående delarna.

Många utförliga system uti mnemotekniken hafva grundats på denna angränsnings idé-associationens lag; men medan dessa system och många på likhets idé-associationens lag grundade befunnits vara nyttiga som hjälp vid utantill-lärandet och äfven vittna om skarpsinnighet, bevisa de sig dock snart vara tröttande och invecklade och tjäna mera till att förvirra än att befordra minnet. Utan försöket och afsikten att rätta sig efter hvarje system skall eleven dock finna det vara nyttigt att uppöfva förmågan uti att förena intryck, emedan det är mycket lättare, att åter framkalla intryck, om de enligt lagen för angränsningen äro nära förenade med andra intryck. Denna förmåga kan utvecklas grnom öfningar, hvilka äro egnade att koncentrera uppmärksamheten på ett intryck och på ett omedelbart efterföljande eller föregående, så att båda dessa förbindas med hvarandra. Andra må sedan fogas härtill, tills alla stå i ett sådant förhållande till hvarandra, att, då man påminner sig ett intryck, detta är detsamma som framkallandet af alla. Ju trängre sam-

manhanget, desto lättare att erinra sig; ju hastigare de förenas, desto fullständigare är sammansmältningen. Om bägge intrycken icke snabbt och innerligt förenas, kan städse det fallet blifva möjligt, att en olämplig tanke, som strider emot idé-associatfonen, kan smyga sig emellan.

Om vi förstå denna idé-associationens stora lag om intryck, skola vi finna, att, om vi på detta sätt vill förskaffa oss ett ensamt stående faktum, för att lätt kunna återkalla det i minnet, vi måste förena det med andra redan samlade intryck. Ju mer vi kunna förena ett faktum med bekanta fakta, desto lättare skola vi hafva att erinra oss det; och ju flere komainationer vi kunna gifva ett intryck, desto bättre är det. Ting, hvilka förut voro förbundna genom angränsningslagen, men hvilka sedan förenades på grund af likheten, kunna bringas att lyda under den förstnämnda lagen genom att man erinrar sig dem förmedels likheten flere gånger i samma ordningsföljd, då de på detta sätt komma att lyda såväl under angränsningens som likhetens lag. Ju större och talrikare likhetspunkterna äro, desto lättare och säkrare är erinran. Den i ögonen fallande märkvärdiga förmågan att påminna sig skilda fakta, hvilken mycket belästa och skarpt iakttagande människor äga, hafva de att tacka den omständigheten för, att de kunna finna likhetspunkter mellan från hvarandra vidt skilda fakta och gå öfver från en hop fakta till en annan pä ett sätt, som endast den förmår, hvilken uppöfvat sin förmåga uti likhets idé-associationen. Sådana gripa praktiskt tag i den fria änden på tankenystanet och afnysta detta helt enkelt.

NIONDE KAPITLET.

Infall, erinran, igenkännande.

Handlar om dessa tre själsförrättningar, hvilka ofta anses betyda en och samma sak. — Skillnaden framställes klart, och hvarje uttryck beskrifves tydligt och skiljes från de andra. — Infall (remembrance) är det ord, som antyder den process hos minnesförmågån (memory), genom hvilken samlade intryck utan viljeansträngning åter inträda på medvetandets område, såsom vid tankekombinationer, likheter o. s. v. — Erinran (recollection) är det ord, som användes för att beskrifva den minnesprocess, hvarigenom någonting återkallas genom viljeansträngning. — Igenkännande (erkännande, bekräftelse [recognition]) är det förfarande hos minnet, hvarigenom vi, då vi se eller höra någonting, erkänna, att vi tidigare sett eller hört detsamma.

De tre ord, hvilka bilda öfverskriften till detta kapitel, användas ofta i betydelsen af samma sak. Detta inträffar isynnerhet med de två förstnämnda orden. Men hvart och ett af orden har sin särskilda betydelse och syftar på en alldeles särskild, olika process hos minnet.

Infall (remembrance) är det ord, som antyder den minnesprocess, genom hvilken tidigare samlade intryck utan viljeansträngning åter inträda på medvetandets område som t. ex genom idé-associtationen, likheten o. s. v. Erinran (recollektion) är det ord, som användes för utmärkande af den minnesprocess, hvarigenom ett tidigare emottaget intryck genom viljeansträngning återkallas i minnet. Infallen äro påtagligen automatiska uti sin verksamhet, medan erinran är en viljeakt och ofta kräfver stor ansträngning. Ordet „igenkännande“ bifogas den minnesprocess, vid hvilken vi, då vi se eller höra någonting, veta, att vi förut sett eller hört detsamma. Det är

en medveten idé-association emellan ett intryck och ett, som man förut ägt. Det är ett igenkännande, ett upprepadt kännande, vetande. Om vi se ett föremål vid tvänne särskilda tillfällen och icke „känna“ det, då vi se det för andra gången, så igenkänna vi det icke, och i minnet hopar sig två olika intryck af samma föremål. Om vi därefter blifva medvetna om öfverensstämmelsen emellan bägge dessa intryck, så sammansmälta de till ett enda. Auktroriteter uppställa tre lagar för (de upprepade) infallen.

1. Alla intryck sträfva efter att återupplifva intryck af samma slag; men ett tidigare intryck kommer icke att föras tillbaka in på medvetandets område, om det icke är nog tydligt, eller om icke det ursprungligen svaga intrycket i medvetandet återkallas genom erinran och styrkes genom upprepadt förnyande.

2. Ett emottaget intryck, som har likhet med ett i medvetandet tidigare varande, kommer att stå som ett separeradt intryck, om man icke varseblifver likheten. Men om det tidigare intrycket samtidigt inträder uti medvetandet och man igerkänner likheten, så förena sig båda intrycken och blifva tillsammans hopade i medvetandet.

3. Om en del af en förenad intrycksserie återupplifvas, kunna, om så önskas, äfven de öfriga delarna med ringa ansträngning förnyas; och återupplifvandet af ett intryck underlättar återupplifvandet af ett samtidigt emottaget utan afseende å likheten.

Om vi taga i betraktande lagarna angående infallens ånyo upprepande, få vi icke glömma, att en person kan finna likheter hos ting, hvilka för en annan icke tyckas hafva någon förbindelse eller likhet sins emellan. Och denna olikhet gör sig naturligtvis gällande vid användandet af denna lag. Om man icke sett eller igenkänt likheten, kan det icke vara tal om någon idé-association uti minnesprocessen.

Denna akt uti erinrandet är nästan fullständigt omedveten, och vi kunna icke medvetet följa dess utveckling. Vi kunna sitta försjunkna i tankar, och den ena tanken efter den andra dragar förbi vårt medvetande — och vi varseblifva för tillfället icke förbindelsen eller idé-associationen. Det oaktadt kunna vi ofta följa de steg vi tagit och se den fina tråd, som förenar de olika föremålen uti vårt medvetande. Må vi begynna med att betrakta ett bord och sluta med att tänka på karaktären hos ett alldeles olika föremål, hvilket är beläget i en långt aflägsen del af världen.

Om vi tänka på en sak, så sker detta vanligen omedelbart eller direkt, emedan idé-associationen är naturlig. Om vi äro tvungna att anstränga oss, för att komma ihåg en sak, måste vi bruka vår vilja för att finna förhållanden och förbindelser emellan ett antal ting, till dess vi funnit det intryck vi saknat. Det gifves knappast någon tankegång, som är erforderlig, då det gäller att åter komma att tänka på en sak, hvilken kunde jämföras med förfaringssättet vid erinrandet. Den ena är direkt, den andra indirekt.

Vi hafva omnämnt det faktum, att det är mycket svårt att återföra till medvetandet ett blott svagt bokfördt intryck, medan det är jämförelsevis lätt att framkalla ett, som genom uppmärksamhet blifvit klart och tydligt bokfördt. Men ett svagt intryck kan stärkas genom ett ofta skeende återupplifvande, tills detta blifver nästan eller alldeles lika tydligt och lika lätt att återframkalla, som ett ursprungligen tydligt bokfördt sådant. Intryck, hvilka man emottagit under särskildt betydelsefulla omständigheter, äro egnade att blifva tydligt bokförda och på grund däraf lätta att återkalla i minnet.

Vi önska rikta Eder uppmärksamhet på ett viktigt faktum beträffande återupplifvandet af intryck och det däraf följande stärkandet af originalintryk genom återupplifvandet. Förhållandet är, att tyngdpunkten uti

hela styrkandets process ligger uti återupplifvandet af ett ursprungligt intryck, i det man med tillhjälp af uppmärksamheten fasthåller detta på medvetandets område och sänder det tillbaka till upplagshuset styrkt genom det nya mått uppmärksamhet man skänkt det. Det nämnda uppfriskandet af ett tidigare intryck och den nya uppmärksamhet man ägnat detsamma är mer värdt än det upprepade betraktandet af ett föremål, som ursprungligen förorskat intrycket, åtminstone hvad beträffar det där särskilda för sig stående intrycket. Naturligtvis skall ett upprepadt betraktande af ting bringa i dagen detaljer, hvilka synbarligen icke förefunnits uti det första intrycket. Vi hafva talat härom uti kapitlet om emottagandet af intryck förmedels ögat samt uti öfningarna.

På samma sätt återkallas vid betraktandet af ett föremål ett tidigare intryck uti Edert minne och förenas så, att det gamla intrycket blir en del af det nya, och det skall därefter vara svårt att skilja dem från hvarandra. Vi hafva i vårt medvetande så mycket onödigt, obrukbart material, hvilket kunde vara oss till största nytta, om vi vore i tillfälle att förena det. (Antagligen med något nytt material. Öfversättarens anmärkning.) Mången gång taga vi upp ett nytt tankeobjekt och formulera en förbindelse och idé-association mellan en mängd osammanhängande fakta, hvilka ligga omkring spridda uti vårt andliga varuhus.

Erinran åtföljes alltid af en viljeansträngning uti att finna en kedja idé-associationer, hvilka vi önska påminna oss. Denna process behöfver blott en bråkdel af en sekund, emedan tanken i allmänhet arbetar snabbt och kedjan af idé-associationer genast bildas. Men ofta erfordras det någon tid, innan vi kunna påminna oss det önskade föremålet, och ofta måste vi erkänna oss vara oförmögna att framkalla det saknade intrycket, men de utdelade befallningarna emottagas ofta af den omedvetna tankeförmågan, och intrycket inträder först senare uti

medvetandet, ofta först sedan vi upphört att fundera på det önskade.

Vid återframkallandet af ett intryck måste man ofta erinra sig omständigheterna och platsen för bokförandet af det önskade intrycket eller det, som ägde rum kort före eller kort efter den händelse, man önskar erinra sig. Tanken sätter instinktivt den största förmågan i rörelse, för att pröfva slagordet uti alla intrycksserier (knippen).

Då vi betrakta punkten „igenkännande", se vi, att det här är tal om å ena sidan, hvad man benämner fullt igenkännande samt å andra sidan det man betecknar delvist igenkännande. Om vi möta en man, med hvilken vi tidigare sammanträffat och igenkänna hans utseende samt erinra oss hans namn, hvem han är, hvad han sysslar med o. s. v., så igenkänna vi honom fullständigt. Men om vi möta en man, hvars utseende vi känna igen, men hvars namn vi icke kunna påminna oss, eller om vi känna igen hans utseende och t. o. m. erinra oss hans namn, men icke kunna återkalla i minnet, hvem han är, och vid hvilket tillfälle vi tidigare träffat honom, så hafva vi blott delvis känt igen honom.

Vi erinra oss, att vi hört talas om en man, som en gång mötte en dam, hvars utseende han kände igen, men hvars namn han icke kunde påminna sig. Tagande sin tillflykt till det gamla nödfallsmedlet, sade han. Min fru, jag har glömt, huru man skrifver (bokstafverar) Edert namn. Jag beder, ville Ni icke säga mig det? „Ja visst", sade damen, „jag skrifver mitt namn J-o-h-n-s-s-o-n".

Om vi möta en person, som tilltalar oss med vårt namn, och hvars utseende vi dunkelt komma ihåg, men om hvilken vi icke kunna erinra oss något vidare, så må vi en stund stanna i dennes sällskap, och plötsligt skall en häntydning på den saknade idé-associationen gifvas oss, och vi skola tydligt påminna oss allt, hvad vi någonsin känt om denna person.

Det är en skillnad uti att erinra sig en sak och att igenkänna densamma. Huru många gånger hafva vi sökt en sak, som vi noga erinrat oss, men som vi icke kunde finna. Kort därpå funno vi saken på en plats, hvilken vi flere gånger öfverblickat, och det är omöjligt, att vi icke skulle hafva sett den. Felet härtill var, att vår igenkänningsförmåga icke funktionerade noggrant, och fastän vi sågo föremålet, igenkände vi detsamma det oaktadt icke. Dessa fel kan man lätt undvika, i det man först förskaffar sig en tydlig själsbild af det sökta föremålet, i hvilket fall vi vid första anblicken genast skola igenkänna detsamma. Detta gäller hvilket föremås som helst, sak samma, huru bekanta vi må vara med detsamma, då vi, om vår själsbild icke är tydlig nog, icke skola känna igen det, äfven om vi se föremålet, emedan vårt minne af detsamma för ögonblicket sträcker sig endast till erinran af namnet och icke af själfva utseendet. En man kan söka sin fru bland ett stort antal människor och icke finna henne, oakttadt han ser henne rakt i ansiktet. Hans farhåga har utplånat själsbilden.

TIONDE KAPITLET.

Allmänna grundsatser beträffande intryck.

Handlar om de tretton allmänna grundsatser, hvilka behärska föremålet „intryck". — Dessa tretton grundsatser sluta praktiskt inom sig allt om intryck, dessas emottagande, bevarande, återframkallande; kännedomen om dem skall göra det möjligt för eleven, att liksom hafva hela föremålet i ett nötskal. — Hvarje grundsats är tydligt framställd och beledsagad af förklaringar och illustrationer. — Ensamt detta kapitel skall, om det noga studeras, gifva eleven en god vägledning uti, huru han i teori och praktik skall kunna utbilda minnesförmågan, och det skulle godt kunna utvidgas så, att det komme att fylla en hel bok.

De grundsatser, hvilka nu följa, skola gifva ett allmänt begrepp om den lag, som behärskar emottagandet, bokförandet och återupplifvandet af intryck, dem medvetandet emottagit. Eleven skall sannolikt finna dem högst intressanta, och de skola vara honom behjälpliga uti att i själen stadfästa de lagar, hvilka behärska de för oss såsom medvetande bekanta själsförrättningarna. Mycket af det, som i detta kapitel har blifvit sagt, är med andra ord framställdt i andra kapitel af boken, men vi hafva ansett det vara rådligast att förena dessa ting i ett kapitel, på det att eleven må kunna sammanbinda en grundsats med en för honom redan bekant.

GRUNDSATS I. Tillämpa koncentrationen så, att du därigenom kan erhålla ett tillräckligt starkt intryck, som gör ett senare återupplifvande af intrycket lätt.

Som vi i föregående kapitel framställt, är det nödvändigt för tanken att skarpt riktas på det objekt eller

subjekt, hvilket vi i vårt medvetande önska bokföra, och just så, att vi skulle kunna framkalla det i vårt minne med ringaste mått af ansträngning. I allmänhet må det sägas, att styrkan uti intrycket står i nära förhållande till den grad af intresse och uppmärksamhet, som riktats på objektet eller subjebtet. Följaktligen är det af största vikt, att vi genom öfning kultivera uppmärksamheten och intresset, så att vi blifva i stånd att registrera ett tydligt intryck. I det vj göra detta, hafva vi tagit flere steg framåt i och för tillägnandet af ett godt minne.

GRUNDSATS II. Bokför tydligt och bestämdt det första intrycket.

Mycket är beroende af skärpan uti det första intrycket. Detta är nämligen den grundval, på hvilken senare intryck skola bygga, och om detta första intryck icke är tydligt, så är det svårt att godtgöra försumligheten, emedan i senare fallet det första intrycket fullständigt måste utplånas och i dess ställe ett nytt första intryck inträda, ty annars skulle en förvirring uppstå i medvetandet. Rikta därför vid emottagandet af det första intrycket så hög grad af uppmärksamhet och intresse, som blott är möjligt, på subjektet eller objektet.

GRUNDSATS III. Undvik i början inneslutandet af för många detaljer uti intrycket.

Denna grundsats skall, om den rätt tillämpas, bespara eleven mycket onödigt arbete och slösande med energin. Första planen är, att till en början behärska hufvudpunkterna i ämnet och att sedan småningom kring dessa bygga andra viktiga punkter. Därefter vidare till de mindre viktiga, slutande med de jämförelsevis obetydliga detaljerna. Då man bildar sig ett allmänt begrepp om det föremål man studerar, komma vissa betydelsefulla karaktärsdrag att höja sig ur det hela. Studera först dessa, och Ni skall, genom att udvika de obetydligare

enskildheterna, få ett tydligt intryck af föremålet; håll därpå upp en stund och öfverkåda föremålet. Ni skall nu finna, huru andra punkter tydligt framträda. Upptag dessa o. s. v., till dess Ni fullt behärskar föremålet. På detta sätt skall Ni vara i stånd att grundligt och fullständigt bokföra föremålet, och Ni skall finna det vara lätt att återkalla i minnet en del däraf och samtidigt blifva medveten om det förhållande, i hvilket denna del står till en annan. Detta är den enda förnuftiga läroplanen. Då Ni följer denna metod, skall det hjälpa Eder, om Ni föreställer Eder det föremål, som Ni vill behärska, under bilden af ett träd. Begynn vid marken och lär Eder grundligt känna stammen, tag sedan de större kvistarna, därpå grenarna o. s. v. Börjar man studera ett nytt föremål, så är det bättre att först läsa det enklaste arbetet öfver detta, och sedan Ni behärskar detta, tager Ni i Eder hand ett mer inveckladt verk. Många begå det misstaget, att de först lösa det fullkomligaste arbetet, som skrifvits öfver ämnet, och följden häraf är vanligen den, att de icke fullt behärska någon punkt däraf och hafva ett ytligt begrepp om hela ämnet. Några lärare råda till ett sorgfälligt studerande af ämnet, såsom det behandlas i en mönstergill encyklopedi, innan man börjar använda elementarboken. Naturens lag är: „vi vilja krypa, innan vi gå“, och studerandet och utantillärandet bilda intet undantag från regeln.

GRUNDSATS IV. Genom att ofta upplifva ett intryck ökar du dess styrka.

Hela objektet för minnets uppöfvande beror i så hög grad på denna grundsats, att, om vi vore tvungna att borttaga denna grundsats, hela byggnaden skulle falla samman. Märk väl, vi tala om det medvetna upplifvandet af ett ursprunligt intryck och icke om emottagandet af ett efterföljande. Genom denna metod icke blott stärkes intrycket, ntan viljan blifver äfven utvecklad

så att den kan lämna bistånd, och inom kort tid blifver återframkallandet af intrycken nästan automatiskt. Genom ett ständigt upprepande kommer ett föremål att nästan outplånligt inpräglas i vårt medvetande, och vi kunna med minsta möjliga ansträngning erinra oss detsamma. Om Ni följt de tre första reglerna, skall Ni hafva emottagit intrycken med betydande grad af klarhet, och Ni skall blifva i stånd att genom öfning och upprepning erhålla ett särdeles djupt och varande intryck af det under observation stående föremålet. En inflytelserik person, som skrifvit öfver dessa saker, illustrerar denna grundsats genom följande exempel: En man råkar en främmande person och tillbringar hela aftonen i sällskap med honom; det oaktadt är han icke i stånd att igenkänna personen i fråga, då han några dagar senare återser honom. Skriftställaren antyder, att, om mannen skulle se den främmande endast fem minuter under fjorton dagars tid, skulle han lätt igenkänna denne, emedan intrycket starkt inpräglas i hans minne genom det ständiga upprepandet af detsamma.

GRUNDSATS V. Vid upplifvandet af ett intryck må man göra det så vidt möjligt utan antydan (hänsyftande) på föremålet själft, hvarigenom intrycket erhåller längst varande styrkan.

Vi hafva berört denna grundsats uti kapitlet om intrycks emottagande förmedels hörelsinnet. Tanken är den, att man så mycket som möjligt må upplifva intrycket förståndsenligt. Naturligtviss kall man finna, att man icke gifvit akt på detaljerna, och det blifver nödvändigt att återvända till föremålet, för att få de utelämnade enskildheterna tillfogade, men till först må man bemöda sig om att tydligt framkalla i minnet, hvad man iakttagit och så fördjupa intrycket. De i följd emottagna intrycken böra behandlas på samma sätt — hvarje återupplifvande af ett intryck sluter inom sig allt flere de-

taljer och är fullkomligare. Om Ni på detta allmänna sätt under en månads tid flyktigt betraktade ert föremål, så skulle Ni icke veta om detta ens hälften så mycket, som fallet vore, om Ni första gången hade studerat det sorgfälligt och ur minnet sedan reproducerat detsamma; Ni må göra detta i fantasin eller på papper med tillhjälp af en blyertspenna och sedan dagligen under en veckas tid upprepa denna process, dagligen upptagande nya detaljer. I sistnämnda fall skulle andra dagens undersökning blott innesluta de punkter, hvilka icke djupt nog inpräglade sig i minnet, då man första dagen betraktade föremålet, och de nya skarpt iakttagna punkterna skulle fogas till första dagens intryck, hvarigenom bägge skulle upprepas eller återupplifvas. „En icke åhörd lektion glömmes lätt.“

GRUNDSATS VI. Upplifva vid öfningarna hellre de gamla intryck du mottagit af subjektet eller objektet, än du försöker skaffa dig något nytt intryck.

Denna grundsats liknar mycket den föregående och lär, att vi så mycket som möjligt skola stöda oss på vårt minne i stället för att skynda tillbaka till subjektet eller objektet som till något helt, så snart vi finna, att vi icke snabbt nog kunna erinra oss några detaljer. Betjäna Eder af minnet och stärk det på detta sätt, i stället för att blott bruka det, om Ni skulle tvingas därtill på grund af frånvaron af föreställningsobjektet. Att handla annorlunda vore som om vi skulle hafva till hands en afskrift af multiplikationstabellen för att bekvämt kunna se efter, då vi hafva att multiplicera två tal, emedan detta vore lättare, än att bemöda sig om att uppöfva minnet. Om vi äro beroende af emottagandet af ett nytt intryck i stället för af återupplifvandet af ett gammalt, komma vi aldrig att lära oss någonting, utan vi äro ständigt tvungna att gripa tag i den gamla lektionen för att än en gång lära oss den.

GRUNDSATS VII. Då man för första gången studerar ett subjekt eller objekt och därförinnan icke bokfört något tidigare intryck, så är det väl, att så tänka på ett liknande intryck, att därigenom en tankekombination (idé-association) fås till stånd.

Denna grundsats gör det lättare för Eder att emottaga intryck af ett föremål, emedan Ni genom att förbinda det nya med något, som Ni redan lärt Eder, har fördel utaf tankekombinationen och nytta utaf att fästa det nya intrycket vid ett redan i medvetandet starkt rotadt. Det är beslägtadt med iakttagandet utaf en ny detalj hos föremålet och med inneslutandet utaf denna nya detalj uti följande upprepande, på hvilket sätt vinnes fördel af det föregående starka intrycket, och hvarigenom man erhåller en spik på hvilken man kan fästa det nya intrycket. Om Ni möter en man vid namn Tomasson, och Ni finner det svårt att komma ihåg hans namn, skall Ni finna det vara till väsentlig hjälp att tänka på, att mannen bär samma namn som en af Edra vänner, hvilken äfven heter Tomasson, och hvars namn Ni aldrig glömmer. Dessa båda män och deras namn äro på detta sätt förbundna med hvarandra uti Edert medvetande, och Ni skall finna det vara mycket lätt att erinra Eder namnet på Eder nya bekanta, efter det Ni formulerat denna tankekombination. Bemöda Eder om att vid studerandet af ett nytt föremål bringa detta i förhållande till ett därmed redan innerligt förbundet, hvilket Ni känner förut. Om Ni kan förbinda en sak med någon, som är denna lik, skall Ni i Edert medvetande göra det nya föremålet till en del af det gamla och icke behandla det som en nykomlig. Tanken synes vara något konservativ och tyckes bättre reda sig med en ny bekant, om den vet, att denna är beslägtad med en gammal vän.

GRUNDSATS VIII. Det är ändamålsenligt att så bilda en serie tankekombinationer (idé-associationer),

att ett intryck kan ur serien framkalla ett annat o. s. v.

Om man påminner sig en del af en sak, frammanar tanken andra delar af densamma med lätthet, och — om vi förbinda ett antal ting med hvarandra, på detta sätt bildande en kedja, uti hvilken hvarje länk är en del af det hela — så skola vi finna det vara jämförelsevis lätt att begynna vid någon länk och sedan löpa fram och tillbaka längs kedjan. Det är bra att formulera de olika delarna hos ett föremål i en slags serie (knippe), i det man bringar delarna så vidt möjligt i logisk ordningsföljd. En ny del må senare inskjutas på sin rätta plats och återkallas i medvetandet lika som de gamla delarna. Idé-associationens verkan vid återframkallandet af föreställningsobjekt och subjekt är underbar. Det är vida lättare för ett barn att erinra sig bokstafven H, om det känner G och förenar H med denna. Och vi skola finna, att det gifves en träffande likhet emellan vårt sätt att erinra oss flere föremål och det barnsliga erinrandet af alfabetet eller multiplikationstabellen, så vida det gäller idé-associationen. Om Ni icke kan påminna Eder en sak så, som Ni skulle vilja, så är det nästan bäst att Ni har en fri ände, som Ni kan afnysta, till dess Ni funnit det sökta föremålet. En genomsnittsmänniska skulle bringas i förlägenhet, om hon vore tvungen att på måfå uppräkna namnen på tvärgatorna i stadens centrum, men begynner hon med den första, så skall hon vara i stånd att utan mycken möda genomgå dem i rätt ordningsföljd. På samma sätt är det lätt för en skolgosse att nämna namnen på Förenta staternas presidenter eller Englands konungar, begynnande med Washington eller Wilhelm Eröfraren, alla i rätt ordningsföljd. Men fordrar Ni af honom, att han skall „blanda dem om hvarandra“ och sedan gifva Eder förteckningen, så skall han tycka, att uppgiften är mycket svår. Vi komma att göra den erfarenheten, att ting, hvilka vi bäst kunna

erinra oss, äro förbundna med något i vårt medvetande, antingen med någonting föregående eller omedelbart efterföljande, eller då med någonting, som på annat sätt står i ordningsförhållande till saken. Observera vid bildandet af tankeserierna (knippena) den alfabetiska ordningsföljden eller förteckningen på presidenterna och fäst i minnet den första rätt väl, foga sedan den andra härtill o. s. v.

GRUNDSATS IX. Använd vid studerandet och utforskandet af ett subjekt eller objekt så många själsförmögenheter som möjligt.

Värdet af denna grundsats kommer att erkännas, om man betänker, att hvarje förmögenhet registrerar ett skildt intryck på själen, och om vi använda flere än en förmåga vid studiet af en sak, erhålla vi så många knippen intryck, som vi brukat förmögenheter. Om vi försöka öfverföra till medvetandet ett namn eller ett datum, skall det i väsentlig mån hjälpa oss, om vi i anslutning till det sagda nedskrifva namnet eller datumet och studera med ögonen, på detta sätt uppfångande det abstrakta intrycket af en sak, dess klang och det intryck det gjort på synsinnet. Vid återupplifvandet af detta intryck kunna vi blifva hjälpta antingen genom den allmänna erinran däraf, genom dess klang eller genom vår erinran af det, sådant det stod nedskrifvet på papperet. Många personer, hvilka föranstalta de offentliga recitationerna, säga, att vissa ords och kapitels ställningar synas för deras själsögon, just sådana som de stå på sidan uti boken, ur hvilken de läst raderna. Predikanter, hvilka hemma uti koncept förbereda sig på sina predikningar och ännu engång studera dem därhemma, och hvilka gå upp i predikstolen blott med de viktigaste punkterna upptecknade eller alldeles utan dessa, säga oss, att de tydligt kunna se för sig hvarje kapitels ställning och det första ordet uti detta, såsom det står uti

deras koncept, kort före det de uppnå detsamma. Offentliga talare erfara samma sak.

Flere personer äro icke i stånd att påminna sig ett namn, ifall de icke upprepa det en eller två gånger högt. Ni kommer att finna många exempel på användandet af denna grundsats, sedan Ni gått vidare i Edert arbete för minnets utvecklande.

GRUNDSATS X. Ni kan i hög grad stärka svaga själsförmögenheter genom öfningar, hvilka lämpa sig för en hvar af dessa.

Om Ni tycker det vara svårt att återkalla i minnet intryck, dem Ni emottagit genom någon särskild själsförmögenhet, så vore det bäst, att Ni började uppöfva och utveckla denna förmåga, på det att den må registrera starkare intryck. I andra kapitel af denna bok skola metoder och tillvägagåenden rörande detta meddelas. Genom att utveckla ett antal förmögenheter, skall Ni emottaga ett större antal djupare intryck och följaktligen finna det vara mycket lättare att erinra Eder det önskade, då ett större antal intryck på ett kraftigt sätt förvandlats och enligt önskan lättare kunna finnas.

GRUNDSATS XI. Svårigheten uti att återframkalla ett intrykk kan öfvervinnas genom att man bemödar sig om att återupplifva ett samtidigt emottaget intryck eller försöker erinra sig en därmed förenad beståndsdel.

Ett exempel, när man bör använda denna grundsats, är, då man icke lyckas påminna sig ett namn. Man må försöka huru som helst, namnet vill dock icke träda in på medvetandets område. Då börjar man gå igenom alfabetet, stannande och öfvervägande vid hvarje bokstaf, innan man går vidare. Mången gång öfverför tanken på första bokstafven i namnet föreställningen om hela namnet. Begynnelsebokstafven uti ett namn påminner man sig ofta tydligare än den öfriga delen af namnet, och den

sistnämnda fås fram genom idé-associationen, om man blott erinrar sig första bokstafven. Om denna metod sviker, må Ni försöka påminna Eder personerna själfva, huru de sågo ut och huru de talade, när och hvar Ni till först hörde deras namn o. s. v. eller om det är namnet på ett ting, använder Ni samma regel och försöker erinra Eder de omständigheter, som omgifva detsamma, de egenskaper, som äro utmärkande för tinget med detta namn o. s. v.

GRUNDSATS XII. Då vi bemöda oss om att minnas ett intryck, må vi tänka på en bestämd sak, som är förenad därmed, och upplifva andra samtidigt emottagna. Detta är bättre än att försöka erinra sig detsamma på ett sätt, som gör ingen åtskillnad.

Om Ni icke vid användandet af grundsatsen XI är i stånd att upptäcka något resultat, och Ni icke kan erinra Eder något samtidigt emottaget intryck eller en beståndsdel däraf, så må Ni bemöda Eder om att på sätt eller vis påminna Eder något som står i förbindelse med föremålet och som kommer subjektet eller objektet så nära som möjligt, och, om det går för sig, äfven de omständigheter, som äro förknippade med emottagandet af intrycket. Försätt Eder tillbaka till det tillfälle, då intrycket emottogs, och till de omständigheter, hvilka då härskade, och Ni skall ofta kunna sätta i rörelse ett helt tåg af tankar, hvarvid de önskade tingen bringas in på medvetandets område.

GRUNSATS XIII. Om efter föregånget, resultatlöst försök att åter påminna sig ett tidigare intryck, detsamma ofrivilligt framkallas af tanken, så är det bäst, att för kommande behof och som experiment lägga märke till det därmed förenade intrycket, som verkade dess återupplifvande.

Denna ofrivilliga erinran af en sak, som tanken förut vägrade att framkalla i minnet, är naturligtvis ett be-

mödande af en omedveten själsfunktion. Men ett sorgfälligt efterforskande skall visa, att det inträdde på medvetandets område omedelbart efter en annan tanke, fastän man vid första anblicken icke kunde varseblifva någon förbindelse dem emellan. Genom att Ni erinrar Eder det återupplifvade intrycket, d. v. s. det intryck, som trädde in på medvetandets område alldeles före det intryck, som (slugt) vek undan, kan Ni efter behag återkalla i minnet den besvärliga saken, fullkomligt likgiltigt, huru lång tid må hafva förflutit sedan Ni glömde ordet. Och aktgifvandet på denna dunkla förbindelse skall för Eder ofta öppna ett vidsträckt tankegebit och gifva Eder nyckeln till en bättre kännedom om minnets stora tema.

ELFTE KAPITLET.

Minnesutbildningens samlingssystem.

Handlar om ett system uti minnesutbildningen, som är rationellt, praktiskt, lätt att tillägna sig, och hvilket enligt författarens af denna bok mening är den bästa och enda praktiska metod för utvecklandet af minnet som ett helt. — Detta är en modern framställning af det system, som användes utaf de gamla uti Indien, Grekland, Island och andra länder, då de uppfostrade studenterna så, att dessa kunde tillägna sig och bevara i minnet legender, religiösa böcker, filosofiska arbeten och folkens lagar, och genom hvilket det för eleverna var en naturlig sak att lära sig utantill böcker, som hvad omfånget vidkommer vida öfverträffade vår bibel. — Fullständiga instruktioner och vägledningar för minnets utvecklande gifvas oss uti detta stora system.

De, hvilka studerat föremålet för minnesutbildningen och icke rida på några käpphästar, äro i allmänhet ense om, att den metod, som vi beteckna samlingssystem, är det enda naturliga systemet för uppöfvandet af minnesförmågan. Det är ej beroende af några konstgrepp, slagord o. s. v., utan går ut från den teori, att utvecklandet af minnet bör vara ett småningom och gradvis tilltagande. Det söker utveckla minnet i stället för att i grund och botten öfverlasta det med metoder. Den teori, som ligger till grund härför, lyder: Minnet kan utvecklas på samma sätt, som man stärker en muskel eller andra kroppsdelar; gradvis och genom lätta öfningar, hvilka beständigt upprepas. Det är ingen konstmetod att lära sig utantill saker, utan en metod för utvecklandet och uppöfvandet af minnet, tills det kan återframkalla ting utan användande af ett konststycke

eller konstigare metoder. Det är naturens egna väg, såsom den gör ting: utvecklingen af fröet till en planta. Men samtidigt erbjuder detta den bästa plan, huru man återkallar i minnet någonting från länge svunna tider.

Detta samlingssystem är intet nytt system. Det är blott ett upplifvande af det älsta systemet. Det är det af österlänningarne och af andra folk vid själsuppfostran använda systemet, att själen utan villfarelse upptager och bevarar deras heliga lära och filosofisystem. I andra delar af detta värk hafva vi läst om talrika exempel på de underbara utvecklingar af minnet, som dessa folk åstadkommit, och af det, som vi i flere nyare fall sett, synes ingen orsak för den tanken vara vid handen, att dessa underbara fulländanden af vår samtida ännu kunna fördubblas. Det gifves en mycket god grund för det sannolika upphörandet af det gamla systemet. I de gamla tiderna, då boktryckarkonsten ej ännu var uppfunnen, samt mycket få personer kunde skrifva, och skrifterna kunde blifva förlagda, förlorade eller förstörda, voro lärarna rädda att åt pergamentet eller andra skrifmaterial anförtro sina läror. Därför uppfostrade de sina elevers andar så, att dessa i sitt minne kunde upptaga värk, så stora eller ännu större än vår bibel. Såsom vid uppslåendet af de andra kapitlen synes, blefvo på detta sätt, utan att öfverhufvudtaget hafva blifvit nedskrifva, filosofisystem, religiösa böcker och till och med talrika nationers lagar efterlämnade i arf och i många århundraden förvarade. Till och med i våra dagar blifva hemliga sällskaps ritualer på detta sätt förmedlade, emedan ordensreglerna förbjuda nedskrifvandet eller tryckandet af vissa delar eller någon gång af hela ritualen.

Då boktryckarkonsten uppfanns, då det blef uppenbart, att, om tusentals exemplar af en bok trycktes, möjligheten att förlora den minskades, upphörde nödvändigheten af det muntliga inlärandet, och den gamla konsten att lära sig utantill försvann nästan fullständigt.

Man fann, att det ej lönade mödan att lära sig utantilll saker, som fanns i böckerna på bokhyllan. Det faktum förbisågs, att genom att låta det gamla systemet komma ur bruket, icke allenast konsten att lära sig utantill stycken af större längd gick förlorad, utan att man äfven gick förlustig uppfostringskonsten att i minnet bevara vanliga ting, och resultatet däraf är det sakläge, i hvilket vi nu befinna oss, nämligen, att anse en man med ett godt minne för ett underverk. Ja ännu mer: många hafva kommit därhän, att de tro, att ett godt minne är nästan något abnormt, och att det för en människa är något alldeles naturligt att hafva ett dåligt minne. Man förstår ej, att hvar och en har makt att utveckla sitt minne långt öfver det, som hör till dagordningen. Visserligen hafva några människor lättare att minnas än andra, men en person med dåligt minne kan genom lämplig uppfostran utveckla minnet så, att han kan minnas bättre, än en annan person med godt minne, men utan öfning.

Samlingssystemet skiljer sig från andra system så till vida, att det icke lär, huru man kan erinra sig en sak genom en idé-association med en annan sak, som kanske lättare faller en i minnet, eller genom en redan i minnet befintlig sak. I stället sträfvar det att utveckla, stärka och uppfostra anden så, att den är lätt i stånd att lära sig utantill det, som den vill, och att lika lätt, när den det önskar, erinra sig det lärda.

En af detta systems fördelar är den, att det redan vid inöfvandet inpräglar i minnet värdefulla lärdomar och kunskaper, och att det under utantillärandet af intressanta och nyttiga ting utvecklar själfva minnet. Eleven bör dock iakttaga, att systemets stora betydelse dock icke ligger i förmågan att lära sig utantill långa dikter, tal o. s. v. utan i utvecklingen af minnet själft. Det utbildar icke blott skickligheten att samla intryck åt själen, utan det uppfostrar äfven människan i förmå-

gan att minnas och att med lätthet framkalla det, som blifvit memoreradt. Resultatet af ett allvarsamt studium och användande af detta system är för det första, att den speciella saken noga studeras, att man fort lär sig utantill och att man länge bibehåller och med lätthet påminner sig det lärda; för det andra, att det tillkommer en påfallande och beständig tillväxt i konsten att genom viljeansträngning erinra sig en sak.

Samlingssystemet grundar sig på den teorin, att förmågan att lära sig utantill och att kunna erinra sig enormt kan stärkas genom ett system af fortskridande öfningar vch genom ett ofta upprepande.

Lärjungen bör vid utanläsningen uppsöka något stycke, som han tycker om, och hvars innehåll intresserar honom. Ett favoritstycke, om det är tillräckligt långt, är bra. Vi tänka oss att Scotts: „Damen från hafvet“ (svenskarna finna goda dikter hos sina klassiker och äfven annorstädes; anmärkn. af öfversättaren) är en af de bästa dikter för detta ändamål, ehuru lärjungen gärna kan, om han föredrager det, taga ett annat stycke. Salomos Ordspråk eller psalmer äro äfven lämpliga; åtskilliga finna det lättare att lära sig bibelverser än dikter.

Börja utanläsningen med en strof af en psalm eller af en dikt, förutsatt, att strofen icke innehåller mera än fyra eller sex rader. Är den längre, är det bättre att sönderdela den i de ofvannämnda raderna. Inlär denna strof väl, ända tills Ni lätt kan uppsäga den, och tills Ni förstår den till alla dens delar. Lär den icke blott så, såsom den låter, då man läser den högt, utan äfven så, som den ser ut, då den är tryckt, dens viktigaste ord, dens sammansättning, dens betydelse. Mett ett ord, lär Eder den! Detta är nog för den första dagen. På den andra dagen bör den samma strofen högt uppläsas och repeteras. På enahanda sätt inläres äfven den andra strofen, förenas därefter med den första och båda repe-

teras tillsammans. Den tredje dagen upprepas ånyo de båda förut inlärda stroferna, och en tredje inläres sedan grundligt, fogas till de andra och alltsammans repeteras. Fortsätt en månad med denna öfning, lär dagligen en ny strof, hopfoga den till de andra stroferna och upprepa ofta det hela. Vi kunna icke tillräckligt ofta och eftertryckligt anbefalla nödvändigheten af ett ständigt repeterande. Hela sakens tyngdpunkt ligger i repetitionen; förbigå således ej det minsta i denna del af arbetet. Det ständiga hopfogandet af utantillärda strofer bidrager till utvecklingen af utanläsningsförmågan, under det att det ständiga upprepandet har till ändamål att stärka ohh utveckla lättheten att minnas. Det är ej tillräckligt att blott erhålla goda, klara (själs-)intryck, utan det är äfven af stor vikt, att Ni är i stånd att utvälja och åter frambringa de i Edert andliga förrådshus uppsamlade tingen. Ni blir bekant icke allenast med de enskilda delarna, som Ni dagligen frambringar i ljuset, utan Ni utvecklar äfven „knepet“, genom hvilket Ni i det andliga förrådsrummet finner tingen och efter önskan med lätthet kan hämta dem fram i dagen.

I början skall Ni sannolikt finna det nödvändigt att hålla boken i handen för att ifylla ett felande ord eller en felande rad. Detta bör ej nedslå Eder, ty det kommer Ni snart att öfvervinna. Ansträng icke heller öfverdrifvet minnet genom ett våldsamt bemödande att komma ihåg, det som fattas, utan tag boken i handen och inlär ännu en gång på nytt densamma strofen. Tag, om det behöfs, hällre till boken ett dussin gånger, än att Ni fortsätter med utelämnandet af ord och förblir i ovisshet om deras korrekthet. Gå ej framåt på ett vårdslöst sätt, utan håll bestämdt på ovillkorlig noggrannhet. Så framt Ni ej från början orubbligt fasthåller därvid, skall själen snart vänja sig vid denna oart.

Försumma ingen dag öfvandet. Ni skall finna det vida bättre att alla dagar lära Eder några rader, än

hvarannan dag ett större antal. Både viljan och minnet stärkes genom regelbunden öfning och praktik. Hela denna öfningsserie skall visa sig vara egnad att befästa och utveckla lärjungens viljekraft, och den på så sätt vunna kraften är mycket nyttig på andra verksamhetsområden.

Vid den andra månadens början lär Eder dagligen två strofer i stället för en. Håll på med att under den andra månaden dagligen lära Eder två strofer och repetera de förut inlärda — både stroferna från den första och andra månaden. Ni skall då märka, att den andra månadens arbete ej är svårare än den första månadens. Två-strofs-uppgiften skall vara lika lätt som en-strofsöfningen. Ni kommer att finna, att Eder minneskraft ilat före stroftillökningen, och att Ni med lätthet dagligen kan lära Eder tre eller till och med fyra strofer. Nöj Eder dock med två strofer och skynda ej utöfver Eder öfningsplan. Detta systems verkningskraft ligger hufvudsakligen i den omständigheten, att det så småningom och naturenligt utvecklar lärjungens minne. Beakta därför, att i upprepningen ligger hemligheten af en stegrad minnesförmåga.

Den tredje månaden begynner Ni med tre strofer och fortfar som förr, i det Ni dagligen tillägger och dagligen upprepar det, Ni förut lärt Eder.När den fjärde månaden kommer, börjar Ni med fyra-strofs-planen o. s. v. Naturligtvis gifves det i detta ständiga tilltagande äfven en gräns, hvarom vi litet längre fram skola tala. Denna gräns är olika för olika personer, men den lärjunge, som ännu står så långt tillbaka, skall vara i stånd att med ringa möda tillegna sig en underbar verkningsförmåga genom att följa den efterhand framåtskridande metoden.

Om upprepandet efter några månader fordrar mera tid, än Ni kan disponera därtill, upphör då med inlärandet af nya strofver, och egna hela Eder tid till att upp-

repa det föregående. I fall Ni längre fram ej hinner på den tid Ni därtill kan förfoga, upprepa allt på en dag, dela då upprepandet i två delar, och utför den ena hälften i dag och den andra i morgon.

Om efter en tid uppgiften att utantill lära sig nya strofer synes trötta Eder, är det bra att för en kort tid uppgifva denna del af arbetet; framhärda dock i upprepandet, i det Ni använder hela den till öfning bestämda tiden därtill. Stundom kommer den del af själen, som det åligger att emottaga intryck att göra motstånd mot sin dagliga uppgift, då däremot den andra delen af själen, den, som vi använda, skall visa sig tillfredställd och hågad för arbete.

Lärjungen skall finna, att vissa sätt och bruk, som motsvara hans eget temperament att utföra detta arbete bäst, erbjuda sig åt honom af sig själft. Han kan förändra och utvidga den af oss här utvecklade planen, dock alltid förutsatt, att han ej vårdslösar upprepandet, hvilket ej får förbigås eller inskränkas. Förminska utanläsningen, om Ni det måste, men håll i med upprepandet. Minnets växande kraft är beroende af det arbete, som nedlägges i ett allt oftare upprepande. Detta upprepningsarbete, ehuru i början något långtrådigt, skall snart gestalta sig till en angenäm sysselsättning och sedan skall tillfredställelsen om den metvetna tillväxten af själskraften göra uppgiften mycket intressant.

Har Ni ej tid att fullständigt genomföra detta system, såsom det är här framställdt, kan Ni förändra det, i det Ni efter denna metod lär Eder korta dikter, och när Ni beherrskar en dikt bra, så att Ni efter någon tid kan uppsäga den, fortsätt sedan med en annan och använd hela Eder tid och uppmärksamhet på den nya dikten. Men då den andra dikten är inlärd, gå tillbaka till den första och upprepa den. Om Ni har tid öfrig och tillfälle därtill, upprepa städse det , som Ni lärt Eder, och egna det dagliga upprepningsarbetet åt det,

som Ni just har för handen, tills äfven det blir grundligt inlärt. Öfva minnesförmågan genom att allt oftare i minnet återkalla saker, som Ni tidigare inlärt, ty genom hvarje enskild öfning stärker Ni denna förmåga.

Ifall Ni förlorar intresset för den sak, Ni just håller på med, lämna den till en tid och tag för omväxlings skull något annat. Glöm dock ej att vid lämpligt tillfälle uppreppa det förut inlärda.

Ni kommer troligen att göra den erfarenheten, att några stofer i en dikt äro lättare att lära sig än andra. Försumma ej de svårare; i själfva verket bör Ni egna dem mera tid och uppmärksamhet än favoritstroferna, och om Ni kvarblifver vid arbetet, tills Ni öfvervunnit svårigheterna, kommnr Ni därigenom att stärka en bestämd, svag punkt i Edert minne och Eder utanläsningsförmåga. Dessutom skall Eder viljekraft vinna därpå..

Efter det Ni inöfvat detta system några månader å rad, skall Ni finna, att Ni är i stånd att utan mycket upprepande i Edert minne bibehålla en bestämd sak.

Ni kan nu ändra Eder arbetsplan i öfverensstämmelse med Eder större förmåga och upprepa väl inlärda saker endast då och då. Det är likväl bra att dagligen repetera litet, på det Ni ej må mista den genom öfning uppnådda förmågan.

Ni skall äfven engång komma till den punkten, då Ni iakttager, att Ni nått gränsen att på en bestämd tid lära Eder utantill ett visst antal rader eller strofer. I längden kan Ni icke fortsätta att utvidga denna gräns med en strof dagligen hvarje månad. När Ni uppnått denna tid, upphör med den månatliga tillökningen och hvila Eder på Edert roder (oars: vi säga hällre: „lagrar“. Anm. af öfversättaren), nämligen med afseendet å tillökningen i det dagliga arbetet. Fortsätt emellertid med utanläsningen och upprepandet, men inskränk ra-

derna och stroferna till det högsta antal, Ni med lätthet lär Eder utantill.

Det är att iakttaga, att öfningarnas hufvudändamål ej är att se, huru mycket Ni kan göra, utan helt enkelt att utveckla och skola Eder. Efter någon tids paus skall Ni väl, utan något försök till kvantitativ stegring, helt plötsligt finna, att Ni är i stånd att beherrska ett svårare dagligt minnesarbete. Men det är i alla fall likgiltigt, om så är fallet eller ej, det gör ej mycket till saken. Under alla omständigheter skall Ni finna, att Eder minnesförmåga synbarligen obegränsadt tilltager.

Lär en sak grundligt, förrän Ni öfvergår till en annan. Dett är bättre att grundligt förstå en sak, än delvis tio. Fortsätt ej med en annan strof, förrän Ni beherskar den, med hvilken Ni arbetar.

Försök ej att skynda. Tag tid på Eder och eftersträfva i början ej för mycket. Öfverhufvudtaget gå lärjungarna för häftigt tillväga, de börja för brådstörtadt och äro benägna för att tröttna, förrän de framskridit mycket långt. Det är bättre, att de moderera och utveckla sig naturenligt liksom plantan, som växer från sädeskorn till ett litet skott, från skott till stjälk, från stjälk till blad, från blad till blomma.

Försök ej att göra detta arbete, om Ni är trött eller försvagad. I ett sådant tillstånd skall det ej lyckas Edeı att emottaga tydliga intryck eller att återkalla dem klart och tydligt. Många finna, att morgonen är den lämpligaste tiden för öfning.

TOLFTE KAPITLET.

Tiofrågors-tankessystem.

Handlar om en ny och rationell metod att från det omedvetna förrådshuset frambringa den blandade sammanställningen af den särskilda uppfattning, som hvarje person med afseende å olika ämnen har samlat och gömt, men om hvilken kännedomen är onyttig och obrukbar i brist på system i uppsamlandet och genom bristen på kunskapen om en metod, genom hvilken detta splittrade vetande kunde blifva samladt. — Detta system, om man behärskar och utöfvar det, skall oerhördt öka den nyttiga informationen, så att man kan förfoga däröfver, och gör en „bra informerad“ om ting, om hvilka man synbarligen vet blott litet. — Det öppnar ögonen och åvägabringar anmärkningsvärda resultat. — Detta kapitel innehåller äfven en förklaring öfver „analytisk memorering“.

Hvarje människa har i sitt omedvetna förrådshus ett stort förråd af allmänna informationer eller insikter. Hon vet något öfver hvarje ämne eller person, som någonsin blott också i minsta grad har ådragit sig hennes uppmärksamhet eller intresse. Arten och måttet af en sådan kunskap beror naturligtvis mycket på graden af den uppmärksamhet, hon användt därpå, och af de tillfällen att iakttaga, som funnits i det förgångna. Men till och med en människa, som lefver i begränsade förhållanden och besitter den mest vårdslösa iakttagelseförmåga, har hopsamlat mycket värdefullt material, om hvars tillvaro hon knappast har en aning. Informationerna blefvo mekaniskt samlade och gömda, och det gjordes intet försök att återuppväcka dem, då intet behof för de samlade kunskaperna gjorde sig gällande i människans hvardagslif.

Om vi vid lämpligt tillfälle bragte i dagen de förborgade kunskaperna, gåfve vi åt vår själ en välgörande öfning, stärkte vår minnesförmåga och gjorde oss bättre underrättade angående ett åntal olikartade saker. Frambringandet af dessa hågkomster skall nödga oss att klassificera dem, att ordna dem i deras rätta ordningsföljd, anställa jämförelser, iakttaga (idé)-förbindelser, draga slutsatser och göra bruk af våra särskilda själsförmögenheter, hvilket allt är liktydigt med själens utveckling och vård. Många af oss äro såsom giribukar, hvilka samlat ädla metaller, som de aldrig se eller göra bruk af.

Författaren af detta verk har hört, att fångar och andra, som lefvat fjärran från likatänkande och ofrivilligt varit hänvisade till sett eget sällskap, genom att vända sina blickar inåt och från ett inre medvetande utveckla de där magasinerade kunskaperna och länka sin själsverksamhet på dem, kommit till det resultat, att, då de sluppit ut från sin ensamhet, de uppnått en grad af själsutveckling, som stod vida öfvar den, de förut besuttit. Man har antecknat fall, då politiska fångar utan en enda bok till hjälp under sin strafftid skrifvit de intressantaste böcker genom att taga sina informationer från det stora förrådshuset — den omedvetna själsförmågan. Stundom lefva människor i gemenskap och göra sig tanklöst och utan något bestämdt ändamål underrättade om sin omgifning. År därefter återfinna sig dessa människor som skriftställare, göra då ett lån hos de gamla, nästan förgätna intrycken från det förgångna, skrifva ner det och gifva åt världen en lefvande bild från lifvet i den lilla staden eller deras förra uppehållsort. Dumas har gifvit oss ett exempel på detta för senare behof bevarade vetande i hans välbekanta novell: „Grefven af Monte Kristo“. Han visar oss den gamle politiska fången, abbé Faria, som under åratal var undandragen människornas blickar och som till nytta och

undervisning för sin medfånge, Edmond Dante, framhämtade sitt gamla förråd af kunskaper och uppväckte den senares intresse och koncentrerade uppmärksamhet samt uppfostrade honom från en klarttänkande men obildad matros vid en fiskarbåt till en väl undervisad och bildad världsman. Den gamle abbén har i sin själ uppsamlat det, som han under en hel lifstid inhämtat, och använde det sedan till gagn för Dante. Historien är naturligtvis blott uppdiktad, men — hvad omständigheterna och personerna beträffar, gifves det ingen grund för att resultatet ej skulle kunna uppnås.

Detta återupplifvande af förvarade intryck har ett annat godt resultat. Det uppväcker intresset för det under betraktelse varande subjektet eller objektet, och själen är därefter vaken för intryck beträffande ifrågavarande subjekt eller objekt, och informationsförrådet med afseende å detta subjekt eller objekt och de därmed förbundna tingen ökas väsentligt. Det uteslutande riktandet af uppmärksamheten på subjektet eller objektet efter intagandet af en plats, där uppmärksamheten ej genom yttre intryck blir afledd, eller, om man förmår det, genom uteslutning af intryck öfverhufvudtaget, frambringar många intressanta intryck och viktiga informationer i medvetandets område. Men om någon fullföljer en systematisk plan för återframbringandet af intryck, blir erinringsförmågan väsentligt stärkt, och samtidigt utvecklas själen i systematiskt tänkande, klassificerande, analyserande o. s. v.

Författaren häraf har funnit följande system för „tankeuppväckandet“ mycket nyttigt, hvad honom själf och de, åt hvilka han gifvit det, beträffar. Det är enkelt, men underbart verksamt, och ett fortsatt bruk skall utan tvifvel ersätta den därtill använda tiden och mödan. Det ökar själskraften i olika riktningar och är en mycket verksam uppfostringsmetod.

Systemet består af tio frågor, hvilka, använda på det i betraktande tagna objektet eller subjektet, bringa i medvetandet alla där befintliga, samlade intryck, och hvilka, såsom man kommer att finna, draga med i spelet alla de informationer, lärjungen besitter angående ifrågavarande sak. Det följande utkastet gifver ett begrepp om detta system. Föremålet framställes först, och sedan frågas och besvaras de tio frågorna särskildt.

Frågor beträffande subjektet eller objektet.

1. Dess ursprung eller rot?
2. Orsaken (grunden) till dess början?
3. Dess historie?
4. Dess egenskaper och kännetecken?
5. Därmed förbundna och i sammanhang stående ting?
6. Dess bruk och användning?
7. Hvad bevisar, förklarar det? (Framställer det?)
8. Dess resultat och (slut-) följder?
9. Dess slut (syfte och ändamål) eller framtid?
10. Eder allmänna mening däröfver och Edra skäl därför?

Ni skall finna, att detta frågesystem bringar i dagen alla Edra tidigare intryck af saken, och att Ni finner Eder föranlåten att klassificera, arrangera, betrakta och vända Eder till saken, samt fastställa dens olika drag och kännetecken. Ni uppfostras i att minnas, tänka, studera och iakttaga. Hvarje fråga för Eder närmare målet, och när Ni fullbordat arbetet, skall Ni märka, att Ni vet mera om föreliggande sak, än Ni ansåg möjligt. Dessutom lär Ni Eder frågorna utantill, och allt Edert iakttagande och studerande kommer därefter naturenligt att stå under inflytandet af dessa frågor.

Måtte enkelheten i detta system ej föranleda till, att Ni förbigår det utan ett försök. Pröfva det åtminstone under gynsamma omständigheter, och Ni skall börja inse,

huru man använder det. Naturligtvis skall förmågan att återframkalla intryck till svar på frågorna beständigt tillväxa genom praktiken och sedan anden blifvit van vid frågeprocessen. Försök denna vecka detta system med ett föremål och repetera denna process en vecka senare, Ni skall då märka ett stort framsteg. Edert förråd af intryck beträffande föremålet har under mellantiden ögonskenligen vuxit mycket. Förklaringen däröfver är den, att frågorna hafva drifvit till arbete omedvetna letare, hvilka varit sysselsatta med att ur djupet af det stora lagerhuset uppgräfva skatter. Edra frågor uppfattades som befallningar af viljan, och dessa små arbetare hafva varit sysselsatta med den åt dem öfverlämnade uppgiften, under det att Edert medvetande befattade sig med andra ting.

Analytisk utanläsning.

Om Ni önskar beherska ett föremål, är det rådligt att sönderdela det; analysera det grundligt. Genom detta undersökande af hvarje del enskildt erhåller Ni ett klart begrepp om det hela. Detta andliga sönderdelande sporrar arbetsförmågan och föranleder minnet att upptaga djupa intryck, hvilka lätt sedan återframkallas.

Man har funnit, att genom litet analysering en saks betydelse blir så förtydligad, att själen lätt fattar och fasthåller den. Det bästa sättet att vinna klarhet öfver en sak är att ställa frågor om den samma. Den bästa vägen att väcka Edert vetande om en sak består däri, att Ni förelägger Eder frågor om saken på det sätt, som är beskrifvet i första delen af detta kapitel. Det bästa medlet att inprägla en sak i Eder själ är att till Eder själf ställa frågor, hvilka äro egnade att frambringa sakens hela betydelse.

Låtom oss för att belysa denna tanke taga den kända raden:

„Aftonklockan ringer den flyende dagens döds-
ringning“

och analysera den. Hvad gör aftonklockan? Den ringer den flyende dagens dödsringning. Hvad ringer dödsringningen för den flyende dagen? Aftonklockan. Hvad ringer aftonklockan? Den ringer dödsringningen. Hvaröfver ringen den dödsringningen? Dödsringningen öfver den flyende dagen. Öfver hvilken del af dagen ringer aftonklockan dödsringningen? Dödsringningen öfver den flyende dagen. Dödsringningen öfver hvad för flyende? Dödsringningen öfver den flyende dagen. Om Ni väl genomgått dessa frågor och svar, skall Ni aldrig glömma denna rad. Den kommer att kvarstå klart i Eder själ.

I den ofvannämnda satsen är det aktiva ordet naturligtvis verbet „ringer“, och allt annat i satsen är beroende af denna aktiva del. I regeln ådrager sig en sak lättare uppmärksamhet, då den är i rörelse än i hvila, och då verbets handling är inpräglad i själen, skall återstoden af satsen förbinda sig därmed engligt lagarna för idé-associationen. Det hjälper minnet att i själen upptaga en bild af verbets betydelse. Tag reda på vid utanläsningen af en sak genom denna analytiska metod betydelsen af allting, och Ni skall finna tingen väsentligt förenklade.

TRETTONDE KAPITLET.

Minnet för siffror, data och pris.

Behandlar minnets utveckling på dessa mycket intressanta områden, hvilka äro så viktiga för mannen och kvinnan i hvardags- och affärslifvet. — Ingenting är så betungande för lärjungen som glömskan af tal; oförmågan att minnas siffror och pris har visat sig vara orsak till undergång för mången mycket lofvande ung affärsman. — Detta kapitel behandlar ämnet tydligt, framställer exempel och visar metoder, hvarigenom dåliga minnen på dessa områden kunna stärkas. — Öfningar och anvisningar gifvas, hvilka skola visa sig värdefulla för lärjungen.

Minnet att komma ihåg data, siffror o. s. v. är mycket olika hos olika personer; skilnaden har framkallats genom en olika utvecklingsgrad. En person, med detta minne mycket utveckladt, bevarar klart och tydligt siffror och allt, som har gemenskap med dem, då däremot en person, med ett bristfälligt sådant, finner det mycket svårt att erinra sig något, som därmed står i förbindelse. Detta senare slag af personer borde, genom att sysselsätta sig mycket med siffer-arbete och isynnerhet med hufvudräkning, genom användning utveckla denna förmåga. Tillhör Ni detta slag, köp Eder en elementar—räkebok, en sådan, som användes för nybegynnare i skolan, studera den omsorgsfullt samt uträkna hvarje exempel. Tag dagligen en lektion, och inom kort skall Ni märka ett växande intresse för siffror och en mindre svårighet att komma ihåg dem. De mest tillfredsställande resultat kunna uppnås genom att studera på detta sätt. Denna på detta sätt uppnådda utveckling är varaktig, och för-

mågan att mottaga tydligare intryck om siffror och att inregistrera dem, ökas fortfarande.

Data.

För dem, som det bereder svårigheter att minnas och återerinra sig siffertal, har metoden att forma sig en andlig bild af talet i förening med en vid detsamma förbunden viktig sak eller person, visat sig nyttig. Tänk Eder t. ex., att Ni genom Columbus vill ihågkomma året för Amerikas upptäckt. Ni gör det lätt, om Ni föreställer Eder Columbus stående vid det nyupptäckla landets kust med årtalet 1492 öfver sitt hufvud. Eller Ni vill veta datum af oafhängighetsförklaringen; måla i Eder själ en bild af frihetsklockan med talet 1776 i klart lysande siffror. Eller borgarkrigets början: en bild af Fort Sumter och på sidan med stora siffror årtalet 1861. Eller datum för Napolons död genom en bild af hans graf med talet 1821 därpå. Då Ni formar andebilden, är det bra, att Ni har årtalet, skrifvet med stora siffror på en pappersbit, framför Eder. Låt blicken hvila skarpt på siffrorna, under det Ni uppbygger andebilden omkring dem. Slut sedan ögonen eller vänd hufvudet åt sidan och framkalla åter bilden. När detta blifvit gjordt åtskilliga gånger, äro siffrorna outplånligt inpräglade i själen.

Vi känna en skolgosse, som lärde sig tiden för hvarje presidents styrelse, genom att skrifva årtalen på pannan af hvarje presidents bild i sin skolhistorie, men vi förorda knappast denna metod. En stark andebild kan formas af hvar och en genomsnittsmänniska, och när ett starkt intryck af årtalet är upptaget och bevaradt i förening med personen eller saken, kommer det sannolikt att ega bestånd, och de förbundna intrycken skola städse inställa sig, så snart man erinrar sig personen eller saken.

Ofvan anförda metod är af största värde för dem, som hafva godt „ögon-minne“. Likväl är i många fall „gehör-

minnet“ bättre. Om lärjungen själf, eller ännu bättre, om någon annan gör det, ordagrant högt upprepar data, fixeras ordens klang i hans minne och han ihågkommer dem lätt.

Andra hålla före, att de lära sig årtal bäst genom utanläsning af knittelverser.

Det förefaller i allmänhet ej en vanlig skolgosse svårt att dikta sådana knittelverser, och månget viktigt datum och händelse har han lärt sig på detta sätt.

Af alla dessa olika sätt föredraga vi den förstnämnda metoden af ett „synliggörande“ eller formande af en tankebild af åratalet i förbindelse med någon med detsamma i gemenskap stående person eller sak. Man tillegnar sig denna metod lättare än man tror, och efter en kort öfning sker det nästan automatiskt. Nästan af hvarje historisk händelse kan man framställa en tankebild, och porträtten af berömda historika personer återkallar man lätt i minnet.

Handlar det om studeranden, hvilka hafva att minnas flere viktiga data, är det ett godt sätt att, enligt lagen för de förenade intrycken, förbinda personers namn eller händelser med datum. Genom att fortsättningsvis upprepa „Waterloo 1815“ eller „Yorktown 1781“ eller „Hastings 1066“ blifva årtalen för dessa slag med själfva händelserna oskiljaktigt förenade, och de båda intrycken smälta ihop. Nurligt fordras nu, för att i själen befästa det förenade intrycket, ett oftare upprepande af händelsen och det därmed förbundna årtalet. Om datum och händelse ända från början på detta sätt blifvit förenade, hade idé-associationen ej förorsakat mera möda än begreppen „Washington“ och „Georg“ eller „Napoleon“ och „Bonaparte“. Om vi ej hade hört Washingtons för- eller Napoleons tillnamn, förrän långt efter det vi gjort oss en klar bild af det ena af deras namn, skulle vi stundom glömma det sist inlärda namnet, men då vi lärt oss de båda namnen tillsammans, utgöra de, så-

vidt det rör vårt minne, endast ett namn. Om lärare alltid talade om „Waterloo 1815", skulle lärjungen aldrig glömma slagets datum, så länge han minnes namnet.

Pris.

Ofvannämnda plan att framställa en andebild, att förbinda siffertal med en sak, är af största vikt för handelsbiträden, försjäljare o. s. v., hvilkas arbete fordrar ett ihågkommande af varupris. I många fall kan försäljaren, genom ett flerfaldigt upplifvande af intrycket vid anblicken af den ifrågavarande varan, värkligen se prisen fästade på varorna. Vi känna en yngre man i en stor kolonial-detalj-affär, som gjorde sig en sådan andebild af hvarje på hyllan ställd ny varupost och alltid föreställde sig varorna med prisen tydligt markerade. Om någon frågade honom efter priset på „Bakers choklad", tänkte han på paketet med det därpå skrifna priset, och han kände prisen på hundrade artiklar af hvarje slag, utan att, undantagandes andligt, se på dem. Om prisen växlade, strök han på visst sätt ut det gamla ande-talet, och ersatte det med nya. Ännu efter öfver tjugu års förlopp är han genom en själsansträngning i stånd att erinra sig de flesta handelsvaror i den gamla affären, i det intrycket inställer sig som en andebild af artikeln med det bifogade priset. Hans lokalminne är stort, och han förmår andligen återuppbygga i den gamla butiken hyllorna, på hvilka varorna lågo, han känner prisen och allt, alldeles som för tjugu års sedan. Förbinder Ni tydligt priset med handelsvarans bild, skal den senares andebild hämta med sig erinringen af priset och kanhända komma till och med siffrorna att synas för „ande-ögat".

Siffer=tal.

Andra tal än data och pris kunna förenas med något föremål, med hvilket de naturenligt stå i gemenskap. Om det ej gifves någon passande sak, vid hvilken talet

kan fästas, måste man nöja sig med den enkla metoden af ett „synliggörande“. Denna metod består i att fotografera talen på själen, ända tills själen kan erinra sig, ungefär som på bilder, talens konturer och detaljer. Ställ framför Eder talen, målade i stora, hvita tecken på svart botten. Iakttag bilden så länge, tills Ni ser den tydligt med Edert „själsöga“. Förmågan att göra detta växer genom öfning. I alla fall är det bättre, om Ni kan förena talen med ett lämpligt föremål. Teorin för denna „synliggörande-metod“, med eller utan idé-associationer, beror för det första på det faktum, att många själar lättare upptaga och bevara ett intryck genom seendet än genom endast en abstrakt idé utan bild, och för det andra, att lagen om idé-associationen lätt låter andebilden komma inom medvetandets område, om tanken på föremålet föranleder därtill.

FJORTONDE KAPITLET.

Minne för orter.

Handlar om den själsförmåga, som, om den är väl utvecklad, gör en i stånd att nästan instinktivt finna vägen till främmande orter, och som, om den är bristfällig, förorsakar ett vilsegående på platser, hvilka borde vara bekanta. — Ämnet har blifvit behandladt i afsikt att visa, huru förmågan kan utvecklas, utgående från betydelsen af dens uppfostran och vård. — Anvisningar, exempel och öfningar gifvas inom väl pröfvade gränser, och ett sorgfälligt studium af detta kapitel bör föra oss ett godt steg framåt på vägen att kraftigt stärka lokalsinnet, ortminnet och färdigheten „att orientera sig".

Många personer hafva ett mycket utvecklade lokalsinne och äro nästan omedelbart i stånd att finna vägen på främmande orter. Sådana personer gå aldrig vilse och synas utan möda liksom i hufvudet bära med sig kompasspunkternas läge. De sätta märke till platser, riktningar, lägen, naturliga anordningar med afseende å tid och ort. Andra besitta detta sinne i mindre grad, och flere synas sakna det helt och hållet. Dessa sistnämnda finna vägen med stor svårighet, våga ej på främmande orter lita på sig själfva samt förvilla sig ständigt.

Lokalsinnet kan, liksom hvarje annan förmåga, mycket utvecklas genom öfning och praktik. Är lokalsinnet blott svagt utveckladt, har man intet intresse för föremålet och skänker det ingen uppmärksamhet. Ortminnet är därför bristfälligt, de noterade intrycken svaga och ofullständiga.

Om Ni besitter ett svagt minne för platser, läge, riktning o. s. v., måste Ni utveckla Edert lokalsinne.

För att göra detta, måste Ni börja med att söka vinna intresse för platser och riktningar. Ni bör passa på och iakttaga. Utan intresse kommer Ni ej heller långt. Ni måste se Eder omkring och sätta märke till de gränser, Ni passerat, den riktning, i hvilken Ni rest och de föremål, Ni mött under vägen. Ni skall lära Eder att se tingen. Är Ni i en stad, så gif akt på hörnhusen och deras skyltar. Ställ Eder några minuter i hörnen och orientera Eder om den punkts läge, där Ni står, Om Ni deltager, så att säga, med själ och hjärta i uppgiften, skall Ni finna däri mycket af intresse, och arbetet skall snart blifva både intressant och angenämt. Felet hos Eder ligger däri, att Ni hittills icke lagt märke till de föremål, Ni gått förbi. En person med ett godt lokalsinne varseblir dessa ting nästan instinktivt; men Ni måste, för att komma Eder till denna vana, göra början med en medveten uppmärksamhet, ända tills själen gör den till en riktig vana och följaktligen till sin andra natur.

Studera orienterings- och landkartor och gör i själen resor från ort till ort. Följ floderna från källan till mynningen. Gör andliga järnvägsresor och markera resan med fingret på kartan. Skaffa Eder en skolgeografi och sätt Eder till arbetet, då Ni är hemma. Är Ni ute, fortfar att iakttaga tingen, riktningarna, gränserna o. s. v.

Bor Ni i en stor stad, skaffa Eder ett exemplar af stadsplanen och studera den omsorgsfullt. Gå ut från en bestämd punkt på kartan och fortskrid till en annan gifven punkt, under det Ni iakttager namnen på de gator samt äfven på de tvärgator, Ni passerar; glöm likväl ej att bibehålla riktningen. Därefter återvänder Ni hem den samma vägen, sorgfälligt gifvande akt på, att Ni vänder om i de rätta hörnen o. s. v.

Sedan gör Ni på samma sätt en dylik promenad (på kartan) en annan väg. Det är förvånansvärdt, huru denna öfning skärper Edert lokalsinne och begrepp om

riktningar. Lär Eder utantill fram och åter namen på gatorna i den ordning, Ni passerat dem. På detta sätt kan man blifva väl bekant med den stad, i hvilken man bor. På lediga dagar eller annars, när Ni planerar en lång promenad eller färd, anlita kartan, förrän Ni bryter upp, och studera på den omsorgsfullt planen för Eder färd. När Ni sedan personligen besöker de samma platserna, skall Ni, genom Edert förarbete på kartan, ständigt varseblifva tvärgatorna o. s. v. Litet öfning på detta sätt skall visa sig helt intressant, i synnerhet då färden gäller en främmande stadsdel.

Vid Edert studium af kartan är det bra, om Ni vid lägligt tillfälle lär Eder den helt och hållet eller delvis utantill. Betrakta kartan och studera de olika delarna och enskildheterna. Lägg kartan sedan å sido, och bemöda Eder att i stora drag upprita den på ett papper, under vinnläggande om att angifva så många intressanta punkter som möjligt. Sedan tillfogar Ni efterhand enskildheterna i d eras förhållande till hvarandra. Denna kartritning har naturligtvis till ändamål att i Eder själ stadfästa ort och riktning och icke att utbilda Eder till en teckningskonstnär. Vid denna öfning skall Ni finna, att, om Ni efter att hafva blickat några minuter på kartan, lägger den å sido och tillsluter ögonen, Ni ser kartans bild med Edert „själsöga“. Det första försöket att forma denna andebild skall icke visa sig mycket tillfredställande, men öppna å nyo ögonen, kasta en andra blick på kartan och tillägg det, som Ni ej blifvit varse i andebilden. Tillslut åter ögonen och ifyll de bortlämnade delarna. Efter några försök skall Ni vara i stånd att efter önskan med stor nogrannhet på papper utföra andebilden.

Skolgossar utföra ibland af sina geografikartor dessa andebilder och underlätta på detta sätt sina geografilektioner. Om man uppmanar dem att redogöra för en

stat, kunna de föreställa sig andebilden och beskrifva den så, som om kartan verkligen låge framför dem. Detta kartastudium synes hafva endast litet att göra med att bevara Eder från att gå vilse eller förlora riktningen. Men Ni skall finna, att det så utomordentligt fort utvecklar intresset och stärker lokalsinnet, att Ni, då Ni är ute, är i stånd att varseblifva det; Ni måste naturligtvis ständigt hålla upp ögonen och gifva akt på hvar Ni går och denna uppgift skall nu, tack vare Edert kartastudium, bringa Eder nytt intresse. Om en amerikansk resande, som i sällskap bereste Europa, berättas följande. Man märkte snart, att han kände sig alldeles hemmastadd i de främmande städer, de besökte, och icke allenast kände hufvudgatornas namn, utan äfven viktiga platsers och byggnaders läge samt äfven vägen från en stadsdel till en annan. Det tycktes, ehuru det var hans första resa, som om han redan förut besökt orten. Då hans förvånade vänner bådo om förklaring, svarade han, att han, då han vara på tåget för att resa till en bestämd stad, framtog sin karta och resehandbok, studerade dem noggrant, lade märke till den allmänna planen, de hufvudsakligaste punkterna, riktningarna o. s. v.

Han fäste sig i synnerhet vid bangårdens och hotellets läge, där han tänkte bo. Sedan slöt han ögonen, återkallade i minnet dessa punkter och tillryggalade i andanom den mellan dem liggande vägen. Efter ungefär femton minuter eller en half timme var han tillräckligt bekant med „hvar landet låg“ för att utan svårighet finna vägen. På detta sätt lärde han känna Köln Prag, Wien, Dresden, London, City Paris (omkring operahuset) och andra platser.

Efter det man med intresse studerat kartor, förefalla de en, som om de vore rätt reala, och man varseblifver en nära gemenskap mellan de värkliga punkterna och de målade. Det är att beakta, att vid företagandet af

de här afsedda öfningarna utvecklas icke blott minnet, utan själfva den förmåga, af hvilkens styrka att notera klara intryck minnet beror.

Hvarje förmåga kan utvecklas genom intresse och användning. Erinra Eder detta och Ni har nyckeln till allt självfullkomnande.

FEMTONDE KAPITLET.

Ansikts- (fysionomi-), person-minne.

Handlar om förmågan att erinra sig utseendet af de personer, med hvilka vi komma i beröring. — Visar betydelsen af att hafva ett godt person-minne och olägenheterna, hvilka ett svagt minne af detta slag medför. — Detta kapitel behandlar denna sak fortskridande från orsak till botemedel, och ett sorgfälligt studium och bruk af de framlagda grundsatserna skall utan tvifvel hafva till följd en stor utveckling och förökning af krafterna i detta afseende. — Det göres intet försök att inlära någon „trick-metod"; den härvid följda tankegången är den, att en förnuftig uppfostran af förmågan måste verka stärkande på densamma, hvilket åter har till följd ett kraftigare minne inom detta område. — Öfningar äro inneslutna.

Förmågan att komma ihåg utseendet på de personer, vi sammanträffa med, är gradvis mycket olika hos olika personer. Många personer måste några gånger sammanträffa med en främmande för att känna igen honom. Flere synas lätt glömma utseenden på personer, med hvilka de äro bekanta, om personerna på ett eller två år ej befinna sig i deras omedelbara omgifning. Andra åter igenkänna lätt personer, som de kommit i beröring med, och ett en gång mottaget intryck synes kvarstanna för alltid och vara underkastadt ett hastigt återframkallande. Detektiver hafva denna förmåga mycket utvecklad, äfvenså många hotellägare och andra, hvilka genom sin verksamhet sammanträffa med många människor och i hvilkas intresse det ligger att komma ihåg och igenkänna dem. Det är en värdefull gåfva, emedan en persons tillfälliga bekanta, om han känner igen dem, blifva vänligt stämda emot honom. Misslyckas det Eder däremot att igenkänna dem, kunna de intagas af någon för-

dom emot Eder, eller det kan till och med leda därhän, att de få en verklig motvilja för Eder.

En bristfällig utveckling af denna förmåga betyder, att personen ej gjort aktivt bruk af den del af själen, som tager kännedom om företeelsen och anletsdragen af dem, med hvilka han kommer i beröring. Sådana människor betrakta andra, utan att värkligen se dem. De hafva intet intresse för utseenden och skänka dem blott ytlig uppmärksamhet. Regeln: ringa intresse, ringa uppmärksamhet — fattigt minne, finner här sin användning. Personer, hvilka önska utveckla denna förmåga, skola begynna studera utseenden, fatta intresse för dem och egna dem uppmärksamhet. På detta sätt blir observationsgåfvan riktad på anletsdrag och företeelsen, och ett stort framsteg kan inom kort tid skönjas. Vi anbefalla åt sådana personer att studera en elementarbok öfver fysionomi, hvilket studium skall hafva till resultat ett nytt intresse för iakttagande af utseenden och ett väsentligt förbättradt minne i detta afseende.

För att öfva observationsförmågans användning i fråga om utseenden och anletsdrag bör Ni (naturligtvis efter det intresset blifvit väckt) studera utseendet hos hvarje person, som Ni möter. Tag kännedom om den allmänna formen på hufvudet, ögon, näsa, mun, kind och panna, i det Ni samtidigt fasthåller tanken: „Jag vill, nästa gång jag ser Eder, igenkänna Eder“, hvilken tanke skall föranleda viljan att vinna ett klart och tydligt intryck.

Intresset vid studerandet och riktandet af uppmärksamheten på iakttagandet af det mänskliga utseendet skall för en hvar ersätta den därpå använda tiden och mödan. Därigenom uppfostras icke allenast uppmärksamheten och minnet, utan man erhåller äfven en uppfostran med afseende å fysionomier, isynnerhet om man användt en elementarbok öfver detta ämne, såsom här ofvan anbefallts.

Det gifves få människor, hvilka kunna erinra sig en frånvarande väns anletsdrag, och det är helt roligt att se många göra ett försök att beskrifva utseendet på någon, med hvilken de påtagligen äro ganska bekanta. Försök det och Ni skall blifva öfverraskad, huru litet väsentligt Ni kan erinra Eder, och likväl finner Ni det icke svårt, att, då Ni möter vännen, känna igen honom. Beskrif ur minnet, om Ni kan, Eder bästa väns ögon, näsa och mun. Betrakta den första man, Ni möter. Gif akt på, om hans panna är hög eller låg, smal eller bred, om hans ögonbryn äro fina eller tjocka, raka eller böjda och af hvilken färg; hurudan näsa han har, en örnnäsa, en romersk, en grekisk, en trubbnäsa eller någon annan; om han har en stor eller liten mun o. s. v.; om hans tänder äro goda eller dåliga, stora eller små; om han har helskägg eller mustascher, stora eller små o. s. v. Gå på samma sätt framåt med hvarje punkt, iakttagande enskildheterna, alldeles som om Ni fått i uppdrag att redogöra därför på Eder affärsplats, och Eder befordran berodde pä en fullständig och korrekt rapport. Ett på så sätt studeradt ansikte glömmer man aldrig. Litet öfning af detta slag är nyttigt för den bristfälliga förmågans utveckling. Ni kommer att börja klassificera anletsdrag och naturenligt iakttaga dem, emedan Ni uppväckt ett intresse därför. Det väckta intresset betyder ett klart intryck, och det klara intrycket ett godt minne.

Sedan öfvar Ni Eder att minnas utseendet på personer, Ni sammanträffar med, i det Ni skapar Eder en andebild af detsamma. Efter Ni tillegnat Eder konsten att emottaga klara intryck af ansikten, skall Ni, genom att ofta framkalla andebilden af någon person, som Ni studerat, kunna känna igen honom efter förloppet af en ansenlig tid. Det upprepade återupplifvandet af andebilden är nästan liktydigt med ett förnyadt sammanträffande med personen i fråga. Ni har säkert märkt, huru lätt det är att göra sig en andebild af ett ansikte, så

som det är framställd på en fotografi eller en tafla, samt huru mycket svårare det är att minnas detta samma ansikte, då man ser själfva personen. Det är likväl allt blott vana, och genom litet öfning skall Ni våra i stånd att lika lätt komma ihåg lefvande ansikten som målade. Vi hafva hört berättas om en snabb-skissmålare, som klassificerade näsor, ögon, öron, munnar, kinder, ögonbryn, ansiktsformer o. s. v, och gaf hvarje klass ett tal. Han kastade en ihållande blick på modellen för att uppfatta intrycket, minen och den allmänna skissen, och antecknade sedan hastigt, andligt, klassen för hvarje anletsdrag på följande sätt: „Ansiktsform 4, ögon 6—8, ögonbryn 2, mun 4, kind 7“ o. s. v. Edra ansikts-studier skola snart lära Eder de olika klasserna för hvarje anletsdrag och deras variationer, och om Ni studerar fysionomi, såsom Ni blifvit uppmanad att göra, skall Ni inse, att kännedomen om hvarje klass' betydelse skall mycket öka nöjet och intresset för uppgiften. Vi hafva i andra kapitel af denna bok ytterligare gifvit exempel på underbart goda minnen för utseenden och ansikten.

Vi vilja, sammanfattande allt, säga, att förmågan att minnas utseenden kan, liksom hvarje annan andeförmåga, utvecklas, och hemligheten af en sådan utveckling består i: V å r d a i n t r e s s e t f ö r u t s e e n d e n o c h a n s i k t e n, s t u d e r a d e m; u p p m ä r k s a m h e t f ö l j e r p å i n t r e s s e t, o c h m i n n e t s k a l l t j ä n a u p p m ä r k s a m h e t e n.

SEXTONDE KAPITLET.

Namn=minnet.

Handlar om förmågan att komma ihåg namnen på dem, med hvilka vi komma i beröring. — Visar betydelsen af att hafva ett godt namn-minne och olägenheterna, hvilka ett svagt minne af detta slag medför. — Detta kapitel behandlar denna sak från orsak till botemedel, och ett sorgfälligt studium och bruk af de framlagda grundsatserna skola utan tvifvel hafva till resultat ett stort framåtskridande i detta afseende. — Det göres intet försök att inlära någon „trick-metod"; den härvid följda tankegången är den, att en förståndig uppfostran af förmågan måste hafva tlll följd ett stärkande af densamma, hvilket åter förorsakar ett kraftigare minne inom detta område. — Öfningar äro bifogade.

Förmågan att minnas namn är mycket olika hos de enskilda personerna. För många faller det sig svårt att erinra sig till och med namnen på sina intimaste vänner, medan andra ådagalägga en underbar färdighet i att minnas namnet på nästan på hvar och en, de komma i beröring med. Denna förmåga har varit en riktig faktor i framgången för många personer i det allmännas tjänst, och nästan otroliga fall berättas om några, hvilka hafva utvecklat denna förmåga i stor utsträckning.

I andra kapitel af denna bok hafva vi berättat ett antal exempel om personer, hvilka besitta ett förvånansvärdt namn-minne. Som tillägg kunde hundrade välbekanta fall anföras. Nästan hvarje framgångsrik politiker har genom nödvändigheten vårit tvungen att utveckla denna förmåga. James G. Blaine och Henry Clary hade

sin popularitet till stor del att tacka förmågan att komma ihåg namnen på sina tillfälliga bekanta och att, efter att blott en gång hafva sammanträffat med dem, kunna tilltala dem vid namn. Om Thomas Wharton säger Macaulay: „Det var omöjligt att strida emot denna man, som tilltalar skomakaren med hans förnamn." Napoleons sällsamma minne för namn och ansikten gjorde honom omtyckt af sina soldater. Aristoteles hade ett märkvärdigt klart namnminne, och Perikles kände, heter det, namnen på alla medborgare i Athen.

Ett mäktigt verktyg att vinna folkets välvilja står den mannen till buds, som har lätt att erinra sig namn, och det är mödan värdt att utveckla denna förmåga. Namn-minnet utvecklas alldeles så, som hvarje annan andsförmåga eller kroppsdel, nämligen' genom uppmärksamhet och öfning. Flere personer nöja sig med ett beklagande af faktum, att de hafva ett svagt minne för någon sak och göra ingen ansträngning att stärka det. Då människan inser, att hon genom fortsatt öfning och förkofran praktiskt kan omgestalta sig, så har hon öppnat dörren för stora ting.

Den första fordran för namn-minnets utveckling är naturligtvis noteringen af klara och tydliga intryck. Man har ofta funnit det vara en hjälp att högt utsäga namnet på en person, för hvilken man just blifvit föreställd, hvarigenom man vädjat till gehör-minnet, såväl genom ett upprepadt klangintryck, som genom namnets abstrakta, allmänna intryck. Flere människor hafva det felet, att de icke **tänka** på personers namn. De låta ej namnen inprägla sig själfva i själen, utan skänka hela sin uppmärksamhet åt den främmandes personlighet, hans uppträdande i allmänhet, hans sysselsättningar, bevekelsegrunder o. s. v. Likgiltighet i detta afseende skall utan undantag resultera i oförmågan att senare

erinra sig namn. Det är likväl ej det värsta; genom att vi tillåtit oss antaga vanan att vara likgiltiga för namn, förlora vi praktiskt verkligen det lilla vi besitta af namnminnet, ty ingenting anar så fort en likgiltig uppmärksamhet som minnet, hvilket synes handla efter den grundsatsen, att, om dess egare ej gör sig möda att intressera sig för en sak, det själf likaså ej bemödar sig om att med ringaste omsorg bevara något.

Om det förefaller Eder svårt att återupplifva namnintryck, så kan Ni vara öfvetygad om, att det är därför, att Ni skänkt namnen för liten uppmärksamhet. Börja genast att fatta intresse för namn. Sönderdela dem, beakta deras egendomligheter, deras likhet, deras skiljepunkter o. s. v. Man har böcker, som angifva förnamnens ursprung, hvilka af många läsas med mycket intresse. Vi göra det påståendet, att den, som med intresse läst en sådan bok, ej någonsin skall hafva någon möda att erinra sig namn. Han kommer ihåg dem, emedan de betyda något för honom. Han skall iakttaga dem, såsom han iakttager namnen på de varor, han försäljer, eller namnen på något annat, som har intresse för honom. Hvarje namn han sitt usprung och sin betydelse, och det är helt intressant att återföra ett namn genom alla variationer till dess ursprung. Vi erinra oss en familj från Pennsylvanien, hvars stamfäder hade kommit öfver från Tyskland, som hette Buchley (läs: Beckley). Barnbarnen skingrades och antogo efterhand sina engelska grannars accent, hvarigenom olika förändringar i namnen hos de skilda grenarna af familjen infördes. För närvarande äro familjemötena sammansatta af medlemmar ur familjerna Beachley, Beachly, Beechly, Beechley, Beckley, Bickley, Bockley, Backley, Buckley, Beechy, Beachy, Beachley, Beachly, Beechly, Beckly, Beckley, Bickly, Buckle, Peachy, Peache och Peck. Ännu några generationer till, och likheten skall vara alldeles förlorad, ty utelämnandet af en bokstaf här och förändringen af

skrifsättet där omöjliggör hvarje förbindelse. Alltså, vi hade mycket svårt att först komma ihåg orginalnamnet, men sedan vi af en gammal familjemedlem hört familjens historie, beredde det oss ej det ringaste besvär att minnas namnet på någon, som antingen bar det ursprungliga namnet eller något af dess variationer. Vi hade också mycken möda att erinra oss det långa tyska namnet på en köpman, med hvilken vi en gång stodo i affärsförbindelse, tills vi upptäckte, att namnet var det tyska equivalentet för „rabbitskin" („kaninskin"); därmed var det slut med mödan, och mannens namn var lika lätt att minnas, som namnet Smith.

Vi omnämna ofvananförda exempel blott för att gifva Eder en idé om den förändring, som följer, om man får intresse för ett bestämdt namn. Om Ni erinrar Eder något, som hänvisar på ett namn, så kommer Ni säkert ej att hafva någon möda att påminna Eder själfva namnet. En man med namnet Kvarnström minnes man genom att tänka på mjölnaren vid sitt arbete. Brödberg, Stöfvelman o. s. v. minnes man på samma sätt. Namn, som härröra från djurnamn, såsom lejon, räf, lamm o. s. v. kunna äfven genom en idéassociation blifva ihågkomna. Samma grundsats gäller äfven de från träslag härledda namnen. Herr Plommongren sättes i förbindelse med frukten, som har samma namn. Med svart, brun, grön, blå, hvit, grå o. s. v. är det lätt att finna idéassociationer. Stock, pil, glas o. s. v. kunna lätt handteras. Vi kände en fru, som icke kunde erinra sig namnet på en herre, som hette Hawk (Hök) (i förbigående sagdt en predikant), förrän hon i minnet behöll hans stora förkärlek för höns; när idé-associationen mellan hök och höna var verkställd, hade hon sedan ingen svårighet mera. En skämtsam idé-association är många gånger mycket bättre, i synnerhet om någon är humoristiskt anlagd.

Alla dessa ofvannämda metoder äro dock i bästa fall blott nödfallmedel. En bättre väg är, att Ni börjar skänka uppmärksamhet åt namnen på de personer, Ni sammanträffar med samt uppfostrar anden så, att den fattar intresse för namnen och uppsamlar klara intryck. Led Eder uppmärksamhet med våld på namnet och inprägla det med viljekraft i Edert minne. Fatta intresse för namnet, tänk på det och skänk det Eder uppmärksamhet. Sedan bemödar Ni Eder att fästa det vid det intryck, Ni bildat Eder af personen. Vi kände en gång en man, som brukade förena namn med näsor, då hans själ syntes mottaglig för sådana intryck; resultatet däraf var, att, då han såg en mans näsa, kom han ihåg hans namn och när han tänkte på mannens namn, gjorde han sig ovilkorligen en andebild af hans näsa. Försök alltid, då Ni aflägsnat Eder från en person, att minnas honom i förening med hans namn. Bilda Eder den möjligt starkaste förbindelse mellan företeelsen och namnet, så att de sammansmälta med hvarandra. Framställ en andebild af herr Strass, som Ni just mötte, och upprepa några gånger namnet: „Strass, Strass, Strass“, genom en viljeansträng väl tvingande namnet på bilden. Ni skall finna, att denna praxis har till resultat, att Ni får ett ovanligt intresse för personnamn, och att den däraf framgående uppmärksamheten skall gifva klara intryck. Har man en gång emottagit tydliga intryck, så följer lätt iakttagandet och minnet.

Vi hafva funnit det lätt att minnas namn på skriftställare genom att framställa en andebild af boken eller dikten och vid densamma fästa författarens namn. Denna metod kan understödjas genom en fast sammanbindning af författarenamnet med dikt-eller boktiteln, i det man, då man talar om dessa böcker eller dikter, säger: „Schillers Klocka, Miltons Förlorade paradis“ o. s. v. Denna idéassociation skall försvåra att tala om eller

tänka på verket ensamt, utan att skriftställarens namn faller en i minnet.

Många anse det att rekommenderas att äfven draga nyttan af fördelen att genom ögonen emottaga intryck. Skrif, om möjligt, ned namnet, se på det ett ögonblick och lägg sedan det skrifna å sido. På detta sätt är Ni i stånd, såväl att se namnet med Edert „själsöga", som att komma ihåg dess klang och andra intryck. Det är bra att erhålla intryck genom så många själsförmågor som möjligt. Louis Napoleon skall hafva förvärfvat sig ett stort namn-minne genom metoden att nedskrifva namn. Hans berömda onkel behöfde ej denna hjälp, ty han förband alltid namnets klang med mannens utseende. Men för nevön var detta omöjligt, och han var tvungen att tillgripa ofvananförda metod. Genom en ständig öfning förvärfvare han sig snart ryktet att hafva ärft sin onkels begåfning.

Mången gång kan ett namn, som undfallit oss, återkallas i minnet genom samband med ett liknande namn eller genom något, med hvilket det har ett verkligt eller inbilladt sammanhang. Vi påminna oss att en gång hafva sammanträffat med en advokat från Philadelplia vid namn Townsend, hvars namn af någon orsak alltid försvann ur vårt minne, oaktadt vi kände andra personer med samma namn. Vi hade ingen orsak att tänka oss honom som „herr Townsend". Slutligen hände det sig, att vi kommo att tänka på den kända journalisten George Alfred Townsend, hvars pseudonym var „Gath". Vi tilltalade därefter herr Townsend med hans namn-slägtings pseudonym och hade sedan ingen svårighett att erinra oss hans namn. Det fordrades blott ett ögonblick att sammanbinda „Gath" med „Towsend". År hafva förflutit, sedan vi tänkt på herr Towsend, men då vi började skrifva ofvanstående rader, framträdde hars själs bild klart för våra ögon, likväl i förbindelse med „Gath" och icke till först med det egna namnet.

Detta slags metoder äro vanligen ej de bästa och böra användas blott i undantagsfall. En bättre metod är att fatta intresse för namn. Studera dem, sönderdela dem, och Ni skall finna, att det ökade intresset medför klara intryck och ett godt minne.

En annan metod, som många föredraga, består i att långsamt genomgå i själen alfabetet från A till Z, egnande hvarje bokstaf i tur och ordning ett ögonblicks uppmärksamhet. När bokstafven L blifvit uppnådd, faller det glömda namnet „Langtry" i minnet genom ett igenkännande af begynnelsbokstafven L och genom hvarje annan bokstafs sammanhang med den öfriga delen af namnet. Andra afvika härifrån genom nedskrifvandet af bokstäfverna i följdordning, ända tills de uppnått och igenkänt den önskade begynnelsebokstafven. Vid det sistnämda sättet har man af synminnet hjälp vid namnerinringen. Den samma grundsatsen gör sig gällande att genom sinnet för musik och det allmänna minnet uppmärksamgöra oss på ett skrifvet ords orätta ortografi, om vi glömt huru det skrifves.

Några finna det nyttigt att, för att påminna sig ett glömdt namn, bemöda sig att komma ihåg platsen för sammanträffandet med namnets egare samt de därmed följande omständigheterna o. s. v. Med andta ord, de försöka att i själen återförflytta sig dit, där de sammanträffade med personen, och på detta sätt finna de det ofta lätt att minnas namnet, som tillika med andebilden ögonskenligen framträdde inom medvetandets område.

Andra hafva uppnått samma mål genom att för sitt själsöga göra en bild af någon egendomlighet i mannens utseende eller klädsel.

SJUTTONDE KAPITLET.

Konstlade system.

Handlar om de många konstlade system af minnesuppfostran, som under alla tidehvarf och bland alla tolk erbjödos allmänheten. — Visar de mest framträdande systems allmänna väsen och riktar uppmärksamheten på dessa systems svaga punkter. — Dessa systems historia för läsaren tillbaka till Simonides tid, 500 år f. Kr., och visar, huru de gamla systemen äro uppputsade, och huru de genom sina „uppfinnare“ utbjudas såsom nya. — Detta kapitel skall visa sig intressant för dem, hvilka gå ända till grunden af en sak och sedan fullfölja dens utveckling. — Läsningen af detta kapitel gör läsaren i stånd att förstå värdet af många längre fram i tidningarna erbjudna system och skall visa honom, att „det ej gifves något nytt under solen“, hvad patenteradt system för utanläsning beträffar.

Sedan tvåtusen år tillbaka har det funnits talrika af sina skilda gynnare och anhängare på det varmaste rekommenderade metoder för utanläsning, af hvilka flere system någon tid varit ganska populära och inbringat sina gynnare mycket penningar. Dessa metoder, konstlade i teorierna och omständiga i praktiken, hafva en frappant likhet med hvarandra, oaktadt den omständigheten, att de uppstodo i långt från hvarandra liggande länder och voro åtskiljda genom årtusenden. De grundade sig alla på lagarna om idé-associationen, på analogin, på motsatsernas beröring o. s. v., hvilket allt vi redan omnämnt i olika kapitel af denna bok. Några af dessa system äro mycket sinnrika, och deras anhängare hafva förmått lära sig utantill en mängd af de mest olikartade ting; resulatet har synbarligen varit underbart, tills man blifvit undervisad om metoden och fått kasta

en blick bakom kulisserna. Man kan lära sig saker utantill med till och med ringa bekantskap med de lagar, som ligga till grund för detta system. Slutligen blifva dock resultaten otillfredsställande, emedan systemen äro konstlade och likna trots sina gynnares försäkringar mer eller mindre „trick-metoder“. De kunna vara till nytta vid utanläsningen af särskilda saker, men de stärka och utveckla ej minnet såsom helhet samt äro slutligen egnade att förvirra och förbluffa själen och att försvaga de vanliga minnesförmågorna: „kedjorna“, „länkarna“, „pelarena“ o. s. v., hvarigenom den sak, som man skall lära sig ntantill, förbindes med en annan. Detta går för sig en liten tid, men sedan finner lärjungen det svårare att minnas sammanbindningslänkarna än själfva saken, eller sammanbindningslänkarna taga så hans uppmärksamhet i anspråk, att han därför glömmer den ursprungliga handlingen.

Det första „konstlade“ memoreringssystem eller mnemonik uppställdes af den grekiska diktaren Simonides, som lefde omkring 500 år f. Kr. Diktaren var inbjuden till en festmåltid, vid hvilken han föreläste en dikt. Före festens slut blef han genom ett bud bortkallad och lämnade salen med saknad. Knappt hade han öfverskridit tröskeln, förrän taket föll in och väggarna störtade tillsammans och dödade värden och alla hans gäster. Liken voro så förskräckligt stympade, att det syntes omöjligt att igenkänna dem. Släktingar och vänner blefvo däraf mycket gripna och visade stor sorg. Simonides fann då på en utväg. Han berättade, att han iakttagit, hvar hvarje person suttit, och att han tydligt erinrade sig det. Han tecknade en plan af salen, markerade hvarje gästs plats, och, då liken ännu voro på de samma platserna, blefvo de indentifierade genom denna karta. Denna omständighet, tror man, kunna alla de talrika memoreringssystem, som man vanligen sammanfattar under namnet „mnemonik“, tillskrifvas.

Kort efter ovanbeskrifna händelse uppfann Simonides ett konstsystem för utanläsning, hvilket hos Grekerna fann mycken anklag. Han grundade sitt system på tanken vid de till bords sittande gästerna vid festmåltiden. Hans system lärde lärjungen att framställa en andebild af ett hus, deladt i öfver- och underafdelningar, bestående af rum korridorer, förrum o. s. v. Dessa rum o. s. v. lärdes grundligt utantill, och andra ting, hvilka lärjungarna skulle memorera, sattes i förbindelse med dem. Hvarje rum numrerades, och i ett af dem bevarades hågkomsten af en sak eller någon del af ett föremål. Sedan uppfylldes det andra rummet o. s. v. När lärjungen ville återerinra sig dessa ting, gick han andligen från ett rum till ett annat och återkallade i minnet hvarje rums innehåll. Ett utvidgande af denna idé fordrade uppbyggandet af ett andra hus, sedan en hel gata o. s. v. Några moderna företrädare af detta system ålade sina lärjungar att minnas möblernas plats i boningsrummen, och sedan med dessa ting sätta i förbindelse de saker, de hade att lära sig utantill, genom att gå framåt från bord till stol, från stol till vas o. s. v. Simonides' system utvecklades senare ytterligare af Metrodonis i Rom och bildade grundvalen för oräkneliga system både i gamla och moderna tider, i det hvarje befordrare tillade något eller förändrade någon enskild punkt och förkunnade sedan, att han uppfunnit ett nytt system. Dessa „uppfinningar“ skola sannolikt ännu blifva gjorda under århundraden.

För några hundra år sedan uppställde Conrad Celtes ett system, som uppnådde mycken framgång, men som i själfva verket endast var en modifikation af Simonides' metod, med undantag af att, i stället för den grekiska poetens rum-system, användes alfabetets bokstäfver.

Mot slutet af sextonde århundradet framträdde Thomas Watson, en engelsk diktare, med ett de andra liknande system, utom att han i stället för rum eller

bokstäfver använde en andlig vägg, hvilken var indelad i talrika, motsvarande numrerade rum. Schenkel, en tysk, undervisade äfvenledes en variation af det samma systemet och kom därigenom nästan i fara att blifva afrättad som trollkarl. Han förvärfvade mycket penningar såsom lärare af sitt system, tills han år 1619 afslöjades af en af sina lärjungar.

År 1648 gjorde Stanislaus Winckelmann en ny upptäcktsresa inom mnemonik-området, och hans system har sedan användts som grundval för otaliga system. Oaktadt han delvis använde en modifierad form af Simonides' system, gick han dock längre och skapade det, som man nu kallar „sifferalfabetet". Hvarje därpå följande „uppfinnare" har begagnat ett olikartadt „sifferalfabet", men för vårt ändamål återgifves här det ursprungliga.

Winckelmanns sifferalfabet:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	0
B	C	F	G	L	M	N	R	S	T
P	K	V	J					Z	D
W									

(Vokaler, stumma bokstäfver och bokstafven „H" äro utelämnade. Två hopfogade bokstäfver behandlas som en. Öfverförda enligt klangen, ej enligt skrifsättet.)

Denna tabell lärdes grundligt utantill, och sedan öfversattes orden i siffror, eller siffrorna i bostäfver. De af siffrorna bildada bokstäfverna förvandlades i ord genom hopfogning af vokaler, och det konstruerades ett ord eller en sats, som hade en verklig eller inbillad gemenskap med det datum, man skulle minnas. Några af Winckelmanns efterföljare hafva uppställt mycket bättre former af sifferalfabetet, men principen är den samma. Till de mest absurda af dessa sammanställningar hafva

anhängarena af datum-memoreringssystemet tagit sin tillflykt.

En vän till författaren af denna bok lärde sig årtalet af slaget vid Waterloo (1815) enligt ofvananförda tabell genom orden: „Bonaparte Lickend“ (slagen). De första bokstäfverna af de båda orden äro B (1) och L (5); de bilda talet 15, året för slaget. Han erinrade sig slaget vid Yorktown genom orden: „Brave Novices Routed British“, begynnelsebokstäfverna B, N, R, B beteckna 1781. För vår själ fordras det ett större mått af arbete att lära sig dessa bindeord än själfva datumet. Winckelmann använde orden „BiG“, „RaT“ för att beteckna 1480, fastän vi måste känna till händelsen år 1480, som vi skulle lära oss att minnas, förrän gemenskapen mellan orden och årtalet var märkbar. Andra auktoriteter hafva utarbetat många sinnrika kombinationer af denna siffer-alfabet-idé, men de anförda exemplen förslå för ändamålet med detta verk, då hela saken är mera egondomlig än nyttig.

År 1840 lärde Beniowski, en polack, ett nytt system, uti hvilket för första gången ett „ömsesidig hänsyftande“ och liknande teorier blefvo införda. Dessa teorier utgöra en viktig del af flere vidt och bredt prisade system under de senaste åren. År 1845 utbredde Neiles, en amerikanare, sitt eget system, hvari han bland annat använda satser, hvilka innehöllo den till utanläsning afsedda händelsen, och hvilkas sista ord innefattade datumet enligt sifferalabetet. Han lärde också en originalmetod för ihågkommande af viktiga orters och händelsers namn genom deras förening med bekanta ting, t. ex. „Borodina“ erinrade man sig genom „Borrow a dinner“ (borgande en middag); „Saskatche wan“ genom „Sis, catch a swan!“ (Sis [ett flicknamn], fånga en svan!) o. s. v. Hans viktigaste uppfinning var likväl hans „nomenklatur-tabell“, som intog det gamla sifferalfabetets plats. Denna tabell bestod af en ordserie, där hvarje

ord representerade ett tal från 1 till 100. Denna utantill lärda lista användes genom bruket af ett ord, för att som hjälp vid erinringen af data o. s. v. komma ihåg det motsvarande talet.

År 1848 uppfann Dr. Kothe, en tysk, ett system, som sedan användts mycket af andra lärare. Detta systems hufvudkaraktärsdrag var en sammanbindning af ord, som ej hade någon förbindelse med hvarandra, genom en mellanliggande midt eller ömsesidigt i gemenskap stående ord; t. ex. „skorsten“ och „blad“ blefvo förbundna på följande sätt: „skorsten-brännved-träd-blad“. Orden „dyna“ och „bläck“ förenades sålunda: „dyna - fjäder - fjäderpenna - skrifpenna-bläck.“ Detta system har därefter antågits af mången lärare. Dessa system äro i regeln besvärliga och visa sig vanligen förvilla lärjungen, som ju söker utveckla sin minnesförmåga. Tag t. ex. den välbekanta sammanställningen, genom hvilken ordet „Apple“ (äpple) läres, nämligen: „Apple-Windfall“ (af vinden nedfälld frukt), „Wind-storm-wrap well“ (veckla dig väl in emot stormen), klingar nästan som „äpple“ (så öfversättningen af det förstnämda engelska „Apple“). Det har städse förefallit oss mycket lättare att genast utan vidare inprägla i själen ordet äpple, än att minnas denna kedja af sammanhängande ord.

Ungefär år 1878 lärde och offentliggjorde John Sambrock från England ett system, i hvilket han bland andra grundsatser uppställde den, att man lätt minnes siffror genom bruket af ord, hvilkas vokaler enligt klangen öfverensstämma med siffrorna. Han riktar uppmärksamheten på den omständigheten, att hvarje siffra har ett skildt vokalljud (i engelskan. Anm. af författ.) med undantag af det långa ljudet för „I“ (läs: ei), som finnes i orden „Five“ (läs: feif = fem) och „Nine“ (läs: nein = nio). Detta senare missförhållande ordnade han sålunda, att han förflyttade det korta ljudet för „I“ på „Nine“, i det han

uppfattade det så, som om det uttalades „Nin“ (läs: nin). Han konstruerade enligt denna grundsats ett mycket sinnrikt system för tals memorering. De följande orden gifva en idé om de för lärandet af talen från 1 till och med 9 använda orden; man beaktar naturligt, att intet annat ord med samma ljud så väl skulle motsvara detta ändamål, som de här använda:

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Gun	Tooth	Tree	Floor	Hive	Stick	Sexton	Gate	Pin

(Dessa för siffrorna substituterade orden klinga, som sagdt, lika som de egentliga resp. siffrorna, t. ex: Gun (gön = bössa), one (won = ett), tooth (tus = tand), two (tu = två) o. s. v. En öfversättning är icke möjlig, emedan hvarje siffra ej, såsom i engelskan har ett annat vokalljud. Anm. af öfversätt.)

Vid memoreringen af 1492 (Columbus' upptäckande af Amerika) måste en sats konstrueras, som står i någon gemenskap med Columbus och i hvilken orden Gun (1), Floor (4), Pin (9), Tooth (2) förekomma i den angifna ordningsföljden, eller ett ord måste påfinnas, som i samma följd innefattar dessa vokalljud o. s. v. Intressant, men knappast nyttigt för tankeutvecklingen.

Shedd-systemet anbefaller såsom en lätt memoreringsmetod för siffertal planen att bilda en sats eller ett ord, hvars bokstafsantal öfverensstämmer med sifferantalet. För att på detta sätt erinra sig, att Rom år 64 förstödes genom en eldsvåda, måste man ihågkomma satsen: „Burned Rome“, hvilken sats' första ord innehåller sex och det andra ordet fyra bokstäfver. Napeleons födelse (1769) minnes man genom satsen: „A strange, migthy conqueror“ (en främmande, mäktig segrare) och hans nederlag vid Waterloo genom satsen: „A Waterloo I found“ (ett Waterloo fann jag).

Andra skriftställare hafva utbredt system, hvarigenom man genom knittelverser lätt minnes tilldragelser, personer, regler, data o. s. v.

I vårt kapitel öfver minnet för data hafva vi omnämt detta system för knittelverser, hvilka vid lämpligt tillfälle kunna användas såsom ett lätt medel att sammanbinda namn, händelser o. s. v. Studeranden af rättvetenskapen och medicinen hafva en mängd af detta slags rim, hvarigenom de gruppera sina studier, definitioner o. s. v.

Sifferalfabetet användes ibland för „Trick-memoreringens“ utförande på följande sätt: Ett antal siffror, hundra eller flere, nedskrifvas, och papperet öfverlämnas åt någon annan. Den, som skrifvit siffrorna, framsäger dem sedan mycket fort. Han upprepar sedan konststycket med olika siffror så ofta, man det önskar. Förklaringen ligger i den omständigheten, att han lärt sig „sifferalfabetet“ utantill, och i det han tager orden till en välbekant sång eller dikt, öfversätter han bokstäfverna i siffror, hvilka nedskrifvas. För att återgifva siffrorna gör han andligen det, som han just gjort på papperet, och öfversättande de samma orden i siffror, framsäger han naturligt det, som han förut nedskrifvit. Det är mycket enkelt, men öfverraskande som konststycke, (Den, som känner de hebreiska bokstäfvernas talvärde, kan mycket lätt utföra detta konststycke. Anm. af öfversättaren).

Lagen om idé-associationen användes mången gång för att på lätt sätt förbinda med hvarandra i någon gemenskap stående saker, hvilka man vill erinra sig. Så inpräglade Dr. Watts i minnet ordet „VIBGYOR“ såsom ett medel att lätt påminna sig grundfärgernas namn och ordningsföljd; begynnelsebokstafven på hvarje färg i rätt följd bildar detta ord: Violet, indigo, blue, green, yellow (gult), orange, red. Ordet „News“ (nyhet) är sammansatt af begynnelsebokstäfverna på de fyra väderstrecken: North, East, West, South. Namnet på vicepräsidenten,

som först var i tjänst med Lincoln, kommer man ihåg genom att tänka på Lincolns' namn i denna form: „abra HAMLIN coln". Franklin Pierca var den fjortonde presidenten, hvilket man erinrar sig genom begynnelsebokstäfverna „F" (fourteenth) och „P" (president) = 14. Vi anföra dessa ting blott för att visa, huru många utvägar det gifves att erinra sig ting, i det man „hänger dem på spiken". Den stora olägenheten är den, att, under det man på detta sätt kan erinra sig några ting, det i allmänhet är svårare att minnas „spikarna", sedan man belastat sig med en mängd af dem, än själfva tingen. De äro konstlade, och slutligen uppreser sig naturen emot dem.

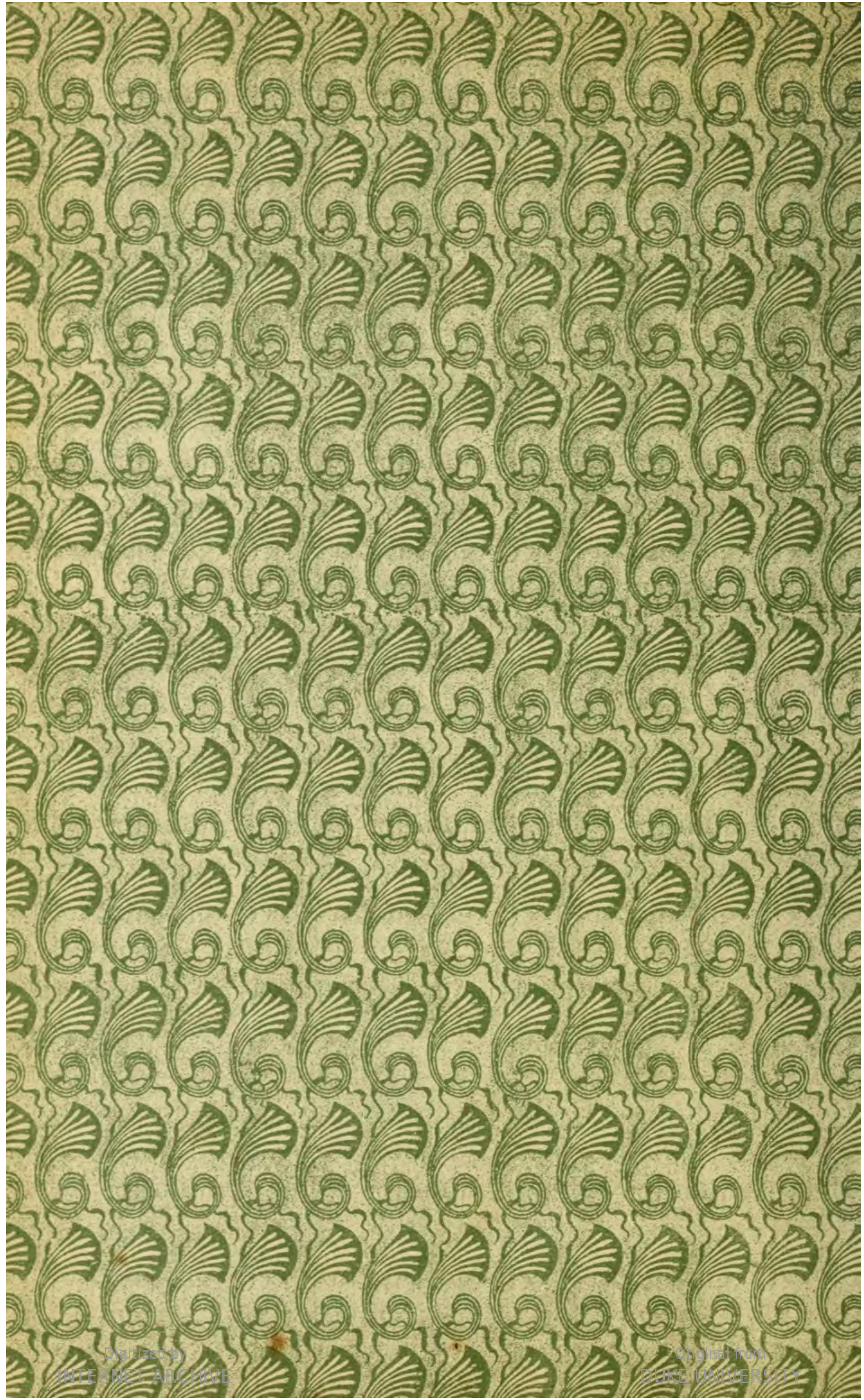
Vid återblicken vill det synas som om Simonides' metod eller det „topiska (ort) systemet", såsom det ibland kallas, var det första, som ryckte ut i fält, och ännu visar det lifstecken. Sedan kom „figuralfabetet", som ännu hos oss är mycket gällande, men i så utvecklad form, att nästan all likhet försvunnit. Det sednare systemet är i början alldeles förtrollande, men litet senare — nåväl, försök det! Metoden att lära sig data genom ord, hvilka innehålla ett visst antal bokstäfver, motsvarande siffrornas antal, ser lätt ut, men man ledsnar snart på den — och det är möjligt att Edra ord intrassla sig, hvarigenom Edra århundraden förändras. Mycket konstladt! Den tredje i ordningen, den „sammanbindande eller ömsesidigt hänsyftande" metoden är intressant, men är egnad att medföra andlig magkatarr, om den användes som ständig diet för minnet. Till och med om dessa system vore praktiska, skulle de dock ej uträtta mycket mera, än att understödja minnet för data och öfverlåta de öfriga andeförmågornas utveckling åt andra metoder.

Den bättre metoden är den att utveckla de olika förmågorna för det ändamål, att de beredvilligt emottaga

och bevara intryck, och att genom öfning uppfostra minnesförmågan så, att tidigare emottagna intryck åter fort kunna upplifvas. Vi hafva i denna bok försökt visa vägen, och vi hoppas, att hvar och en, som läst däri, skall omsätta i praktiken de däri lärda grundsatserna.

Slut.

Buchdruckerei Wilhelm Hartmann, Berlin SO. 16.





TANKEKRAFT

Fjärde delen af
Flowers Kollektion

PSYKOLOGISKA FÖRLAGET
VAN TUYL DANIELS
BERLIN





Tankekraft

i affärs- och hvardagslifvet.

Fjärde delen af „Flowers kollektion“.

Af

WILLIAM WALKER ATKINSON.



Psykologiska Förlaget
VAN TUYL DANIELS
BERLIN W. 8.

INNEHÅLL.

FÖRORD.

För att göra mig själf rättvisa tror jag mig göra bäst uti att på förhand underrätta läsaren om, att jag sammanställt ofvannämnda bok något brådskande af anteckningar, som jag brukat använda vid mina föreläsningar; de däri förekommande lektionerna kunna således äfven betraktas som förkortade öfversikter af mina föredrag. Såväl här som i dem har jag uteslutande haft som mål att göra eleven bekant med medlen att utveckla och med framgång använda de i honom själf boende väldiga krafterna, personlig magnetism och psykiskt inflytande. För detta mål har jag afsiktligt uppoffrat alla anspråk på litterär stil och alla försök att åstadkomma skönhet i diktionen.

Jag hade en känsla af att måsta framföra ett budskap och tänkte då förkunna detsamma utan „Schönschreiberei", snabbt, klart och enkelt. Om därför vid uttryckandet af mina tankar ett folkligt ord föll mig in, så begagnade jag mig däraf.

Jag hoppas med tillförsikt, att kritiken icke skall fästa afseende vid den bristfälliga stilen och vid felaktiga uttryck; jag tillstår frimodigt felen. Allt annat har blifvit underordnadt behofvet att skicka verket ut i världen så enkelt och förståeligt som möjligt. Detta skall inga-

lunda vara någon ursäkt, utan endast förklaring af ett faktum.

Med hänsyn till nämnda omständighet öfverlämnar jag denna lilla bok åt Edert benägna omdöme. Ehuru jag är fullkomligt medveten om dess fel, tror jag dock, att den skall blfva till nytta för mången; i synnerhet för sådana, hvilka önska befria sig från sin ogynnsamma omgifning, och jag hoppas, att den skall tjäna som vägvisare vid sträfvandet till ett bättre lif. Jag känner, att denna bok har till uppgift att aflägsna de rädda tankarna ur människans själ, i det den ersätter „Jag han icke“ med „Jag vill“ och „Jag kan“. Jag hänner, att den måste fylla denna uppgift, ty den innehåller kärnan till en stor sanning.

Författaren.

I LEKTIONEN.

Hälsning.

Andra skriftställares åsikter. — Oriktiga teorier. — Vegetarianism. — Kyskhet. — Lifsfluidum. — Djup andhämtning. — Det genom undersökning, icke genom teorier, åstadkomna hufvudsakliga framsteget. — Förefintligheten af den personliga magnetismen står utom all fråga. — En självklar sanning. — Resultat, icke teorier. — Icke uppställa några älsklingsteorier. — Tror ni ingenting, som ni icke kan bevisa. — „Teorier äro stora såpbubblor, med hvilka vetenskapens fullvuxna barn underhålla sig".

De flesta skriftställare, som behandlat föreliggande ämne, hafva å ena sidan försökt bevisa, att personlig magnetism verkligen finnes, och å andra sidan, att denna magnetism väl bäst kan förklaras som en följd af en deras älsklingsteori. Några tillskrifva den vegetariska kosten makten att utöfva inflytande på andra människor och taga härvid ingalunda i betraktande, att somliga af de mest magnetiskt anlagda personerna hafva gjort „af sina magar en sann kyrkogård". Andra påstå, att hemligheten skulle ligga i afhållsamheten eller undvikandet af könsligt umgänge, men taga härvid ingen hänsyn till, att flertalet „magnetiska" individer i nämnda afseende icke alls afvika från mindre magnetiska personer. Andra åter tro, att den magnetiska kraften finnes rundt omkring oss i luften, och att därför en djup andhämtning sätter människan i stånd att uppsuga stora kvantiter lifsfluidum, och att vi äro i tillfälle att såsom en

accumulator ladda oss med fluidum. Hvarje skriftställare har uppställt sin egen älsklingsteori.

Det faller mig icke in att förkasta de nämnda systemen. Ehuru jag själf just icke är en vegetarian af renaste vatten, kan jag icke förtiga mina sympatier för denna teori; ehuru jag just icke för en ungkarls lif, ser jåg dock i afhållsamhetens doktrin mycket godt, och öfver kyskhetens värde kunna två åsikter icke bestå. I det jag ingalunda kan låta den teorin vara gällande, att vi uppsuga den „magnetiska kraften“ ur atmosfären, är jag dock en allvarlig försvarare och uppriktig anhängare af „djupandhämtningen“ och af den åsikt, att många sjukdomar och fysiska svagheter kunde undvikas, om man allmänt antoge som regel att andas djupt. Det är ju allt rätt godt och väl; vid någon eftertanke måste dock hvar och en medgifva, att dessa icke kunna kallas hufvudfaktorer vid skapandet af det tillstånd, som vi känna under namn af „personlig magnetism“. Vanligtvis sluta i fråga varande skriftställare sina föredrag med de underbaraste profetior, att alla, som tillägna sig denna egenskap och veta draga nytta däraf, skola vara i stånd till hvad som hälst. De försumma dock att angifva, huru denna egenskap skall förvärfvas; den frågan går öfver deras teorier. De framställa dem, men undervisa icke. De predika, men kunna icke lära. De hålla sig för mycket till teorin och försumma hufvudsakerna.

Så gjordes då det egentliga framsteget på detta område af vetenskapliga undersökningar, icke af skriftställare och teoretiker, utan endast af några med stort allvar arbetande forskare, som läto sig angeläget vara att genom talrika, praktiska försök i alla tänkbara riktningar komma till djupet af denna vetenskap, och som förstodo flytta detta underbara ämne från spekulationens område på en säker grundval.

Författaren till denna bok har ingående sysslat med detta ämne och egnat årslånga forskningar däråt; han

har för afsikt att med de här samlade lektionerna framställa för sina elever de af honom och hans medarbetare gjorda experimenten och undersökningarna och af dem uppställa fundamentala grundsatser. Hans arbete kommer därför, såvida det öfverhufvudtaget är möjligt, att inskränka sig till återgifvande af bevisade fakta och den däraf härledda undervisningen, om teorin talar han endast, då det visar sig alldeles nödvändigt.

Enligt min åsikt vore det att förolämpa en förståndig människa, om jag ville erbjuda honom en utförlig bevisföring öfver, att i fråga varande underbara kraft, om också obegagnad, verkligen finnes i hans inre, att den hos några redan är utvecklad, och att alla kunna tillgodogöra sig densamma; jag menar denna hemlighetsfulla egenskap, som vi i brist på en mer träffande benämning vilja kalla personlig magnetism.

Att vilja bevisa förefintligheten af denna makt vore lika dåraktigt som att försöka öfvertyga en vanlig förståndig människa om, att magneten utöfvar inflytande på nålen, att x-strålarna genomtränga människokroppen eller en ännu tjockare väfvnad, att man medels elektricitet kan sända budskap till långt aflägsna orter, eller att man kan göra detsamma längs en ljusstråle eller till och med medels trådlös telegraf, utan att använda något annat medium. Hvarje bildad människa är medveten om, att dessa fenomen verkligen existera, och skall säkert icke fordra, att man bevisar honom det. Om han intresserar sig därför, önskar han få veta, huru han kan använda dessa krafter, och vill lära sig att själf utföra i fråga varande experiment. Just så går det hvarje elev, som är intresserad af den personliga magnetismen. Han har länge vetat, att det finnes en sådan kraft. Han märker den dagligen omkring sig och är väl medveten om de under, som förssiggå med dess tillhjälp. Han vet kanske äfven, att han till en viss grad utvecklad redan har den inom sig; men hvad han i hvarje fall ville få

reda på, är medlen, genom hvilka han fullkomligt kan väcka, förfullkomna och på ett förnuftigt sätt använda den i honom slumrande kraften. Jag kommer alltså att taga afstånd från bevisföringen för dess existens, då dess förhandenvarande är en självklar sak.

Äfven vill jag undvika en tröttande diskussion öfver de talrika teorier, som hittills uppställts beträffande den personliga magnetismen. Själf svärmar jag för ingen särskild teori. Jag vill endast försöka lära, huru resultaten skola uppnås, och öfverlämnar åt läsaren att studera teorierna på annat håll eller möjligtvis bilda sig en egen. Det vare långt ifrån mig att vilja påtruga någon min åsikt öfver detta ämne; dock må det tillåtas mig att framföra min egen uppfattning om det fenomen, som kommer att behandlas i denna bok. Då resultaten ingalunda bero på någon särskild trosform, måste det stå hvar och en fritt att antaga eller förkasta den ena eller andra teorin. Många, som kunnat uppvisa de bästa resultaten, hafva förkastat den ena teorin efter den andra och äro nu af den åsikten, att man icke alls skall försöka utforska den egentliga orsaken till resultaten, emedan de nöja sig med att utan dogmatiska teorier arbeta vidare, blott de veta, på hvilket sätt de bästa resultaten skola uppnås.

Med denna förklaring vill jag lämna teorins område och beträda den praktiska vetenskapens rike. Jag skall försöka göra läsaren bekant med utvecklingen af denna väldiga kraft, huru han numera själf kan åstadkomma af andra redan uppnådda resultat, och kanske skall det lyckas mig att förmå honom att forska vidare i denna vetenskap och öfvergifva vantrons och hemlighetsmakeriets hittills använda väg. Jag vill råda honom att icke tro någonting, som icke gäller för bevisadt.

I vår nästa lektion skola vi tala om karaktären af denna makt.

II. LEKTIONEN.

Maktens karaktär.

Makten är icke af magnetisk natur. — En sakta ström af tankevågor. — Våra tankar angripa oss likasom andra. — Ombyte af tankeverksamhet åtföljes af en förändring i kroppens utseende. — Tankarna taga form i handlingarna. — Tänkandet är den största kraft på jorden. — „Jag kan“ och „jag vill“ emot „jag kan icke.“ — Praktisk undervisning och icke abstrakta föredrag. — Tänkandets dragningskraf. — Tankar af fruktan äro ursprung till skadligt tänkande.

Vid uttrycket „personlig magnetisk“ skola de flesta människor antaga, att det är en ström, hvilken, utgående från den magnetiska individens personlighet, måste draga till sig alla, som befinna sig inom området för hans magnetiska kraft. Detta antagande är visserligen oriktigt, men innehåller dock en smula sanning. Det finnes verkligen en till sig dragande ström, som utgår från människan, men den är icke af magnetisk natur, emedan uttrycket magnetism ju alltid användes i samband med magnet eller „elektricitet“. Den mänskliga magnetiska strömmen har visserligen, hvad dess verkningar beträffar, en viss likhet med den magnetiska okh elektriska strömmen, men med afseende å ursprunget och karaktären har den faktiskt intet med dessa att skaffa.

Den personliga magnetismen är en mycket sakta ström af tankevågor eller tankevibrationer utgående från den mänskliga hjärnan. Hvarje enskild tanke är en mer eller mindre stark makt, hvilken, beträffande sin kraft, är beroende af den vid dess uppstående medverkande eggelsen. Om vi föreställa oss, att vi utsända en

mild ström, hvilken utbreder sig likt en ljusstråle och påverkar andra, från oss ofta mycket aflägsna människors tankar, så skall en mäktig, med stor kraft utrustad tanke göra sin verkan gällande och ofta nedbryta hos andra det instinktiva motståndet mot yttre intryck, under det att en svag tanke vore oförmögen att ens finna ingången till en annans förståndsborg, om också denna borg vore mycket dåligt bevakad. Tankar, som upprepas i samma riktning och om och om igen användas på samma sätt, skola ofta tilltvinga sig inträde, där en enskild tankevåg, ehuru kanske i sig själf starkare, skulle tillbakavisas. Det är framställningen af en fysikalisk lag i den psykiska världen och bekräftar endast det gamla ordspråket om den ständigt på samma ställe fallande droppen, som slutligen urholkar stenen. Vi påverkas af våra medmänniskors tankar mycket mer, än vi själfva tro. Väl att märka: jag säger icke af andras åsikt, utan af deras tankar. En framstående skriftställare på detta område uppställer med fullt berättigande satsen: „Tankar äro ting“. Och de äro sannerligen ting, och ovanligt mäktiga ting. Detta faktum måste man beakta för att icke helt och hållet hemfalla åt den väldiga kraften, åt kraften, om hvars karaktär vi ingenting veta, och hvars förhandenvarande förnekas af mången. Å andra sidan, om vi känna till lagarna och reglerna, enligt hvilka denna kraft skall användas, skola vi betvinga densamma och kunna använda den som ett verktyg och hjälpmedel.

Hvarje tanke, svag eller stark, god eller dålig, frisk eller sjuk, förorsakar, så snart den uppstår inom oss, vibrerande vågor, hvilka mer eller mindre uppnå alla, som komma i beröring med oss eller inom området af vår tankesfär. Tankevågorna kunna förliknas vid ringar, om bilda sig på en dam, om man kastar en sten i vattnet. Det är klart, att kraften gör sig mest kännbar där, dit tankevågorna särskildt äro riktade.

Men utom andra angripa tankarna äfven oss själfva, och det icke blott tidtals utan varaktigt. Vi blifva, hvad vi inbilla oss vara. Bibelns ord, „Såsom människan tänker i sitt inre, sådan är hon“, äro bokstafligen sanna. Vi äro alla foster af vår egen andliga skapelse. Vi veta, huru lätt det är att vara på dåligt humör eller tvärtom, men hafva ännu icke fått klart för oss, att planmässigt på ett och samma föremål riktade tankar icke endast, och det är verkligen fallet, återspegla sig människans karaktär, utan äfven äro märkbara i hennes yttre. Det är ett bevisligt faktum, och vi behöfva endast se oss omkring för att få detsamma bekräftadt. Ni har säkert redan lagt märke till, huru mannens yrke gifver sig tillkänna i hans uppträdande, huru hela hans karaktär påverkas däraf. Hvad tror Ni väl vara orsaken till denna företeelse? Ingenting annat än sättet att tänka. Om Ni någon gång byter om yrke, håller Eder karaktär och Edert utseende i allmänhet jämna steg med den förändrade tankegången. Det nya yrket, den nya sysselsättningen föra med sig en ny tankegång, och „tankar omsättas i handlingar“. Ni har kanske aldrig betraktat saken från denna sida, men det är sant i alla fall, och Ni skall finna tillräckligt bevis för riktigheten af detta påstående, om ni blott ser Eder omkring.

En man, som tänker på energi, skall äfven visa energi. Mannen, som tänker på mod, besitter äfven mod. En man, som tänker: „Jag kan, och jag vill“, skall uppnå, hvad han vill, under det att mannen, som tänker: „Jag kan icke“, säkert famlar. Hvar och en är öfvertygad om denna sanning. Nu frågas, hvarifrån skillnaden då egentligen härleder sig? Från tankar, det vanliga alldagliga tänkandet, ingenting annat. Handlingen följer naturligtvis efter tanken. Men hvarför? Helt enkelt därför, att annat icke är möjligt. Gärningen är det naturenliga resultatet af ett oförsvagadt tänkande. Man måste blott tänka på allvar, det öfriga följer af sig själf.

Tänkandet är ovillkorligen det viktigaste krafvet i världen. Den som ännu icke erkänner detta, skall säkert göra det efter studiet af föreliggande verk. Kanske kommer någon och säger, att det icke erbjuder honom något nytt, att han för länge sedan vetat, hvad det vill säga „att fatta ett beslut“, eller någon annan liknande fras. Därtill må mig tillåtas fråga: „Hvarför har Ni då icke praktiskt omsatt denna tankegång och gjort något af Eder?“ Jag skall gifva honom svaret. Ni tänkte „jag kan icke“, i stället för att tänka „jag kan“. Men nu skall jag förvandla detta „Jag kan icke“ till ett starkare „Jag kan“ och ett ännu högre „Jag vill“. Och för detta slags människor har jag skrifvit boken; jag har för afsikt att „omvända“ Eder, förrän vi komma till slutet.

Jag förmodar alltid, att Ni trodde jag skulle hålla för Eder ett öfversvinneligt och utförligt föredrag om ting i molnen, och att Ni kanske hoppades få höra af mig, på hvilket sätt Ni bäst skulle blifva magnetiserade, så att Ni eventuellt kunde antända en gasflamma med Edra fingerspetsar eller draga andra till Eder, såsom stålet sträfvar till magneten. Tänkte Ni icke så? Nå väl, Ni ser, att sådant icke faller mig in. Min sträfvan går ut på att visa Eder, huru Ni uti Edert inre kan skapa en kraft, mot hvilken magnetismen måste synas mycket svag; en kraft, som skall göra en man af Eder; en kraft, som skall draga fram „jaget“ hos Eder; en makt, som gör Eder i stånd att blifva en man, som kan verka inflytelserikt och framgångsrikt. Jag skall säga Eder, på hvilket sätt Ni kan förvärfva Eder „personlig magnetism“, förutsatt, att Ni allvarligt bemödar Eder om att följa mig. Arbetet skall icke vara förgäfves, och så snart Ni märker den nya kraften, som skall utbildas inom Eder, skall Ni icke vilja byta den ny förvärfvade visdomen mot en hel förmögenhet.

Nå väl, det synes mig, som om Ni redan kände Eder litet styrkta, icke sant? Säkert är det så. Jag

har aldrig talat längre än fem minuter till mina elever öfver „Jag kan och jag vill“ och öfver „jagets“ själfmedvetande, förrän de rätat på sig, hållit hufvudet högt, dragit djupt efter andan och blickat mig rakt i ögonen, såsom det anstår män och hvinnor. Där var helt enkelt „tanken omsatt i handling“. Förstår Ni nu ändamålet? Det utsådda lilla kornet själfkänsla har genast slagit rot och burit frukter. Förrän jag slutar denna lektion, ville Ni ännu godhetsfullt fästa Eder uppmärksamhet vid en annan viktig punkt angående tänkandet. Det vill säga tankens dragningskraft. Passa noga på, ty denna punkt är af stor betydelse.

Jag skall vid försöket att gifva en vetenskaplig förklaring undvika alla tekniska uttryck och på det enklaste sätt framlägga saken för Eder.

Tankar draga till sig liknande tankar; goda tankar dragar till sig goda, de onda, onda. Tanken på det starka drager det starka till sig; modfällda tankar och tvifvel göra intet undantag, och så går det med hela raden tankar.

Edra tankar draga andras motsvarande tankar till sig, så att Edert tankeförråd alltså blir förstoradt. Förstår Ni sakförhållandet? Tänker Ni på fruktan, så skall Ni i Eder uppsamla alla Edert grannskaps rädda tankar. Ju mer Ni tänker därpå, desto större blir inflytandet. Men tänker Ni likväl „jag är utan fruktan“, så skall Ni samla alla uppmuntrande tankar omkring Eder. Försök det blott. I synnerhet det sista. Tankar af räddhåga borde ingen hysa. Ty fruktan och dess skötebarn, grämelsen, äro orsak till det största elände, olycka och misslyckande på jorden. Fruktan och grämelse uppamma alla onda tankar. Vi komma senare tillbaka till detta ämne; dock beder jag Eder redan nu med all energi från rötterna utrota detta fördärfbringande ogräs, ty det förstör hela trädgården. Ett stort antal andra giftiga plantor, såsom tvifvel, skygghet, själfunderskattning,

svartsjuka, trotsighet, missunsamhet, afundsjuka, förtal och öfriga sjukliga ideer uppstå samtidigt. Tron icke, att jag vill inbilla Eder något; det är mig välbekant, att sådana dåliga tankar äro hinderliga. Det skall Ni äfven erkänna, om Ni tänker litet på saken. Gören Eder fria och släppen in ljusare, glädjefullare och lyckligare tankars solstråle, och tviflets, förtviflans och misslyckandets mikrober skola lämna Eder.

Om Ni vore min bästa vän, och jag på min dödsbädd borde gifva Eder ett sista råd, så skulle jag så högt som möjligt tillropa Eder: „Låten alla tankar på fruktan och hat en gång för alla fara!“

III LEKTIONEN.

Huru tankekraft kan hjälpa en människa.

Framgången är endast beroende af det personliga inflytandet. — Starka män komma till makt. — Ögonskenliga undantag från regeln. — Då negativa karaktärer verka, hafva de positiva männen fördelen däraf. — Penningar äro det materiella tecknet på framgång. — Penningar äro endast ett medel, icke ändamålet. — Det andliga beherskandets lag. — Inflytande medels suggestion. — Inflytande genom tankevibrationer. — Inflytande genom tankarnas dragningskraft. — Det genom karaktärens utbildande vunna inflytandet.

Jag vänder mig hädanefter til Eder, under förutsättningen, att Ni för att vinna framgång önskar se de i Edert inre slumrande krafterna utvecklade. Framgången i lifvet är utomordentligt beroende af förmågan att vinna våra medmänniskor för oss eller att påverka dem. Det är därvid af ringa vikt, hvilka andra egenskaper Ni dessutom besitter; fattas Eder en måttlig kraft, hvilken vi vanligtvis kalla „personlig magnetism", så är Ni alltid hindrad i Eder handlingskraft. Om Ni håller ögonen öppna, skall Ni märka, att nätstan alla, som „uppnå" föresatta mål, ega förmågan att draga till sig, öfvertala, påverka eller beherska sina medmänniskor. De höra alla till de så kallade „duktiga". Det finnes endast få undantag från denna allmänna regel, och dessa bestyrka endast regeln. Dessa undantag förekomma mest bland folk, som hafva att uppvisa framgång i konst, vetenskapliga forskningar, uppfinningar, litteratur o. s. v., och är det därför lätt förklarligt, att deras framgångar efter själfva sakens natur mer bero på tillbakadraget, koncentreradt, mödosamt forskande eller arbete än på den

mänskliga naturens sträfvande, energi, kraft och kännedom eller af förmågan att behandla människor rätt. Sådana mäniskor hafva framgång i sina bemödanden, men vanligtvis draga andra, med mer lefnadsvisdom utrustade personer, nytta af deras arbete. Om någon gång sådana på efterkälken blifna (negatia) personer äro välsignade med jordiska egodelar, hafva vanligtvis mer positiva personer tagit ifrån dem de praktiska arbetena och drifvit dem framåt; men äfven i detta fall tillfaller lejonparten af vinsten den positva karaktären.

Då detta verkligen är förhållandet, är jag väl berättigad att anse belöningen i finansiellt hänseende som en mättstock för framgången, och denna måste väl uteslutande bero af den „personliga magnetismen“ hos den, som sträfvar efter framgång. Uppfinnaren, den lärde, skriftställaren och vetenskapsmannen kunna hafva en betydande fördel af makten, som ligger i det andliga beherskandet af andra, om de kunna använda densamma på ett rätt och förnuftigt sätt; men „mannen bland människorna“ har dock företrädet att vinna de bästa resultaten af denna underbara kraft, ty den bringar honom icke endast framgång i allmänhet, utan äfven materiell fördel: penningar.

Penningar, endast som sådana betraktade, höra just icke till de höga idealen, men såsom medel att förskaffa sig ett sorgfritt lif utgöra de icke något ovärdigt mål för det mänskliga sträfvandet. Jag känner mig därför fullt berättigad att anse penningevinst som ett eftersträfvansvärdt mål.

Låtom oss upprepa, att framgång i lifvet hufvudsakligast beror af förmågan att draga till oss, intressera, påverka våra medmänniskor och beherska dem. Jag tror knappast, att några bevis behöfvas för denna sats, om Ni har helst någon människo- och världskännedom.

Därnäst hade vi att lära oss, på hvilket sätt man kan tillegna sig denna underbara, värdefulla makt. Svar:

genom mästerstycket att kunna beherska sig själf. Detta är icke endast den personliga magnetismens hemlighet, utan framgångens i lifvet och lycksalighetens öfverhufvudtaget. För den man eller kvinna, som kommit till insikt härom, är världen likt ett ostron, hvilket man öppnar för att i bekvämlighet förtära. Till och med de, som skulle sakna flit och ihärdighet att följa dessa läror om de slumrande krafternas utveckling, skola redan genom bekantskapen med föreliggande ämne stärkas och åtminstone tänka mer positivt.

„Detta är allt rätt godt och väl", hör jag någon säga, „men säg oss, på hvilket sätt kunna vi då utbilda och utveckla dessa krafter?" Nå väl, det är just, hvad jag nu tänker göra; jag skall småningom lära Eder förstå denna teori. Jag skall bemöda mig om att göra det på ett helt naturligt sätt, så att Ni icke allt för mycket anstränger Eder andliga smältningsförmåga.

Förrän jag behandlar saken i detalj, skola vi ännu en gång betrakta teorin i dess helhet.

Jag har sagt, att tankens makt kan användas på olika sätt framgångsfullt och till påverkning af medmänniskorna. Jag har nämt, huru tanken skall användas för det föregifna ändamålet. Innan vi gå öfver till nästa lektion, är det fördelaktigt att fästa Eder uppmärksamhet vid de olika vägar, på hvilka tanken kan vara behjälplig uppnåendet af framgångar medels inflytande på andra människor.

Detta sker på följande sätt:

1. I det Ni fullt och helt gör bruk af Eder positiva tanke för att omedelbart och personligt medels suggestion påverka andra människor. Härmed menar jag, att Ni är i stånd att intressera andra för Edra planer och förehafvanden, taga deras medverkan så att säga i Eder tjänst, vinna deras bevågenhet och i allmänhet bringa dem under Edert inflytande. Denna en del människor af naturen förlänade förmåga kan förvärfvas af hvarje

man och kvinna, som eger viljestyrka och uthållighet nog att utbilda det i hans eller hennes inre slumrande anlaget. De flesta af mina elever önska lära känna denna del af andligt herravälde föra de andra utvecklingsstadierna — jag skall följaktigen redan i nästa lektion behandla densamma.

2. Medels makten att genom Edert förstånd sätta i gång omedelbara tankevibrationer, som utöfva en mäktig verkan på andras förstånd; (låt vara?) att de i fråga varande personerna sutte inne med hemligheten att sätta sig till motvärn emot detta inflytande och därigenom vore i stånd att själfva uppträda positivt gentemot andra. För öfrigt, den som känner till lagen för dessa tankevibrationer, är äfven i tillfälle att afvärja andras tankevågor genom antagandet af en motsvarande positiv hållning.

3. Genom makten af den vid tanken häftande dragningskraften, hvilken, såsom vi hafva sett, utöfvas efter grundsatsen „likadant drager till sig likadant". I det man fortgående behåller vissa tankar i sin hjärna, drager man omärkligt men mycket kraftigt till sig liknande tankar och liknande inflytanden från det oss omgifvande stora tankeförrådet. Denna makt är en af de starkaste krafterna i naturen, och rätt använd skall den, om också omedvetet, draga till sig hjälp från alldeles obekanta områden. „Tankar äro ting"; de ega den underbara makten att draga till sig tankevågor med samma vibration och af samma kvalitet.

4. Genom tankens makt, om Ni företager Eder att utbilda Eder karaktär, Edert temperament för Eder organisations behof. Vissa egenskaper fattas Eder ännu till den önskade framgången. Äfven är det Eder bekant, om icke bättre än andra, att Ni hittills varit fången i tron, att denna brist är Eder lott och att „Leoparden icke kan blifva fri från sina fläckar". Men just för Eder skall studiet af det andliga beherskandets lag synas

som en mäktig bundsförvandt; ty Ni är i stånd att öfvervinna dessa otillräckligheter; Ni kan förvärfva Eder nya karaktärsdrag, nya egenskaper lika väl, som Ni kan lära Eder stärka och utveckla de egenskaper Ni redan har. Genom denna följd af lektioner skall jag vinnlägga mig om att föra Eder på den rätta vägen. Men arbetet måste Ni själf utföra; jag kan endast visa Eder vägen och angifva medlen. I föreliggande studium, såsom på hvarje område af mänskligt sträfvande, måste hvar och en utföra sitt arbete till sin egen fördel.

IV LEKTIONEN.

Omedelbart psykiskt inflytande.

Inflytandet i ett personligt samspråk. — De tre stora metoderna. — Omedelbar suggestion. — Tankevågor. — Tankens dragningskraft. — Hvad är suggestion. — Det dubbla förståndet. — Hypnotisk suggestion. — De aktiva och passiva funktionerna. — Egenskaperna hos de båda funktionerna. — De mänskliga fåren. — Två bröder som delegare i samma affär. — Den passiva brodern. — Den aktiva brodern. — Deras lynne. — Mannen, som är lätt att hanskas med. — Den ståndaktige mannen. — Huru undvika den uppmärksamme delegaren? — Ingen må anse „nej“ för ett svar, hvarken i affärer eller i kärlek. — Fortuna är en kvinna. — Förtroende i sig själf vinner.

I denna och följande lektion skall jag försöka klargöra förfaringssättet, hvarigenom en person lyckas få inflytande på en annan eller på andra för att i ett personligt samspråk kunna intressera den i fråga varande för sina planer och förehafvanden, taga hans hjälp och unterstöd i sin tjänst och öfverhuvudtaget försäkra sig om hans bevågenhet. Vi känna alla människor, som kunna uppnå sådana resultat, och dock nöja vi oss med att beundra deras talang, deras underbara makt, utom att det minsta anstränga oss för att själfva förvärfva oss denna talang och denna makt.

Konsten att påverka män och kvinnor, så länge vi äro i deras närhet, måste nödvändigtvis innehålla äfven de särskilda andra i föregående lektioner omnämnda metoderna af andligt inflytande och hafva vissa punkter gemensamma med hvar och en af dem. Det är emellertid ganska svårt att dryfta detta utvecklingsstadium af

andlig utveckling, utan att på samma gång behandla ämnet i dess helhet. Jag måste därför inskränka mig till enskilda grenar däraf, då vi ju senare skola grundligare återupptaga ämnet, och har jag följaktligen uppskjutit en utförlig framställning till dess. Kanske är läsaren så vänlig och går igenom dessa lektioner ännu en gång, sedan han läst hela boken. Då skall han redan hafva en klarare uppfattning om ämnet och desto lättare förstå saker, som för närvarande ännu synas honom mer eller mindre dunkla, och som ännu icke helt tillfredsställa honom.

När det gäller att påverka människor i vår närhet, så kunna vi i allmänhet välja emellan tre vägar, nämligen:

1. Genom omedelbar suggestion med användande af stämma, sätt, uppträdande och ögon. Denna metod innesluter i sig icke endast frivillig suggestion å vår sida, utan äfven de ofrivilliga åtbörderna hos hvarje allvarlig man;
2. Genom tankevågor, som öfverföras till en annan person medels en frivillig ansträngning af vårt förstånd;
3. Genom tankens tilldragningskraft, som härleder sig ur händelserna med de i nästföregående lektion behärskande tankarna. Denna kraft värkar, då man engång vunnit den, självständigt vidare och bildar högst utbildad den „personliga magnetismen“.

I denna lektion skall jag inskränka mig till det under 1 omnämnda sättet och lämna de under 2 och 3 uppförda metoderna till följande lektioner.

Det är sannerligen en mycket svår uppgift att på ett trångtbegränsadt utrymme gifva en fullt tydlig förklaring öfver suggestion. Skulle dock läsaren redan gjort sig förtrogen med hypnotismens och den hypnotiska suggestionens grundsatser, så skall han väl genast förstå, hvad jag menar med ordet „suggestion“. De med

hypnotismen ännu obekanta kunna lägga på minnet följande definition: „Med suggestion förstås det intryck, som vi medvetet eller omedvetet erhålla genom förmedling af våra sinnen". Vi mottaga ständigt suggestioner eller visa dem tillbaka, beroende af graden af vår egen suggestionsförmåga, och är denna grad en funktion af de icke mottagliga egenskaperna af förståndet, utbildning och utveckling. Vi kunna icke här vidlyftigare behandla det ämne man betecknat som det tvåfaldiga förståndet hos människan, och hvilket förut plägat kallas det objektiva och subjektiva förståndet, nämligen det frivilliga och ofrivilliga förståndet, det medvetna och det omedvetna förståndet o. s. v. Skulle läsaren vilja blifva fullständigt förtrogen med detta ämne, så skulle jag råda honom att studera en bok öfver hypnotism eller hypnotisk suggestion.

På det att eleven lättare må kunna förstå bruket af suggestionen till att påverka andra, som jag ville bibringa honom, låter jag honom härmed förstå, att förståndet i allmänhet utför två förrättningar, nämligen den aktiva och passiva. (Jag följer här den af mig i andra verk använda sammanställningen.) Den aktiva funktionen utför det metvetna, verkligen till handling ledande tänkandet och uppträder äfven under benämningen „viljekraft". Det är denna funktion, som ofta affärsmässigt användes af den verksamme, energiska, lifliga och vakna mannen. Den passiva funktionen däremot verkställer det instinktiva, automatiska och icke just medvetna tänkandet, hvarvid alltså viljekraft icke är med i spelet, och framträder öfverhufvudtaget i motsats till den aktiva funktionen. Den passiva funktionen är för människan en värdefull tjänare och fullgör faktiskt största delen af det andliga arbetet, i det den löser de svåra uppgifterna och utan att skörda tack eller lof utför det på dess lott fallande dagsverket. Den verkställer arbetet utan ansträngning; också är den alltid outtröttlig. Den aktiva

funktionen däremot arbetar endast på viljans önskan, men förbrukar ett större förråd nervstyska än dess passiva broder. Den utför det dådkraftiga förståndsarbetet, tröttar efter stora ansträngningar och fordrar hvila och vederkvickelse. Den som använder den aktiva funktionen, blir snart medveten om mer eller mindre stora ansträngningar, dock inträffar det icke med honom, om han tager den lätt handterliga passiva funktionen i sin tjänst. Ni har, hoppas jag, efter denna korta förklaring väl förstått de båda funktionernas olika kännetecken.

Många människor förrätta allt sitt tankearbete enligt den passiva metoden. Dessa individer anse det för en allt för stor ansträngning att låta sin egen tankeförmåga verka och föredraga att antaga andras redan färdiga tankar i stället för att tänka själfva. Man kunde låta förleda sig till att kalla dem mänskliga får. De äro mycket förtroendefulla och taga nästan hvad som hälst för kontant, blott det framställes på ett allvarligt och positivt sätt. Sådana personer äro mycket mottagliga för suggestioner och gifva sig, strängt taget, fullständigt åt med mer aktivitet utrustade personer på nåd och onåd. De hafva svårt att svara „nej“ åt någon; de äro alltid böjda för att säga „ja“, ty det tyckes dem lättare och fordrar mindre eftertanke. Andra åter äro mindre mottagliga fär suggestioner och ännu andra tidtals icke alls. Dock äro dessa sistnämnda återigen, då deras andliga krafter förlamas eller hvila ut i sin verksamhet, mycket tillgängligare än annars.

För att förskaffa sig en riktig bild af båda funktionerna och lära sig genomföra de i denna bok framförda instruktionerna beder jag läsaren föreställa sig ett tvillingpar, som gemensamt är delaktigt i ett affärsföretag. De äro slående lika hvarandra, men hafva fullkomligt olika egenskaper, och hvardera lämpar sig fullkomligt för de honom tillkommande arbetena. De dela på samma sätt företagets vinst och förlust. Den passiva bro-

dern utför varuemottagarens, orderskrifvarens, varupackarens, förrådsförvaltarens o. s. v. göromål, under det att den aktiva brodern säljer varorna, öfvervakar affärens allmänna gång, har hand om dess finanser, sätter allt i rörelse; kort sagdt, han är företagets exekutiva organ, dess verksamma ande. Men gäller det att köpa in varor, så har hvardera brodern sin hand med i spelet.

Den passiva brodern är en godmodig, lettledd sälle, en mödosamt, automatiskt, maskinmässigt arbetande man. Han är vidskeplig och bigott, men färdig att tro allt, hvad man säger honom, förtusatt, att det icke direkt strider emot en förut fattad mening. För att få en fullständigt ny idé i hans hufvud är det nödvändigt att småningom „indisputera" den i honom. Han har för vana att ansluta sig till sin broders åsikter, då denna är närvarande; vid hans frånvaro gifver han vika för andras påtryckning. Han är städse beredd att visa Eder en ynnest och att gifva Eder nästan allt, hvad Ni begär af honom, blott Ni framställer Eder fordran på ett beslutsamt och förtroendeväckande sätt. Det är honom alls icke angenämt att såra Eder genom ett afslående svar, och han skall gifva Eder alla möjliga löften blott för att blifva Eder fri, men en positiv vägran till Eder bön blir icke af. Ni kan sälja åt honom hvad som helst, så länge hans broder icke gifver akt på honom, blott Ni kan bära Eder riktigt åt. Ni har endast att föra ett säkert, käckt språk och antaga ett förtroendeväckande väsen, som om allt redan vore beviljadt. Ni känner säkert detta slags människor.

Den aktiva brodern är emellertid af ett helt annat slag. Han är en misstrogen, vaken, ståndaktig människa, som icke förstår något skämt. På sin passive broder håller han ett vaksamt öga, på det att firmans intressen icke må skadas. Den passive brodern tages ortfarande i släptåg af hvem som helst, eller hänger han efter ett visst föremål; han behöfver verkligen en

förmyndare, och om den aktiva brodern tillfälligtvis tager sig en liten lur eller för mycket tages i anspråk af sina affärer för att kunna hålla öga på brodern, kommer säkert något att hända denne senare. Den aktive brodern måste följaktligen vaka öfver, att ingen i affärsangelägenheter besöker den passive, innan han är öfvertygad om, att det icke är meningen att draga nytta af dennes karaktärssvaghet. Han granskar den besökande på det noggrannaste, frågar efter hans ärende, förrän han tillåter sammanträffandet med brodern. Så snart misstanken, att den besökande räknar på den passive broderns svaghet, visar sig grundad, skall han försöka omintetgöra besöket under förevändning, att brodern icke är hemma eller dylikt. Men äfven i det fall, att han låter den i fråga varande personen få tillträde, blifver han själf närvarande; han gifver akt på hvarje hans rörelse, hvarje ord, och om han märker, att man drifver ett löst spel med brodern, protesterar han genast, tillbakavisar förslagen och annullerar affären. Den aktive brodern öfverväger naturligtvis hvarje anbud, antager det, om det förnuftsenligt lofvar vinst, men förkastar hvarje förslag, som icke tilltalar honom. Med tiden försvinner hans misstroende, då han först vant sig vid besökarens närvaro, och han kan möjligtvis ännu fatta förtroende till honom. Är han underhållande och godmodig, så kan vaksamheten ofta slappas obh misstrogenheten blifva mindre. Är det senare en gång undanröjdt, skall det äfven understundom blifva möjligt för den besökande att vexla ett ord med den passive brodern, och det kan väl redan anses som ett mycket betydande framsteg; ty om den gladlynte brodern en gång är närmare bekant med i fråga varande person, skall han själf draga försorg om, att det följande besöket eger rum utan vittnen. Den passive brodern känner sig visserligen ensam och betryckt under sin broders inflytande; men har han en gång gjort en bekantskap, skall han själf begagna till-

fället att tala ut vid ett förnyadt besök. Det första steget är alltid det svåraste.

Jag beder Eder betänka, att hvarje människas förstånd är ett slags andelsaffär, som är bildadt af de funktioner jag just försökt karaktärisera i skildringen af de båda bröderna. Dock kunde väl någon skillnad göra sig gällande i firmorna självva. Den passiva delägaren är ju nästan alltid likadan, om det också förekommer, att han i en firma åtnjuter mer frihet, i en annan åter blir mycket mer tillbakasatt; skillnaden i ofvannämnda förhållande består endast i den aktiva delägarens positivitet. Dessa sistnämnda äro äf mycket olika slag. Många äro, hvad deras försiktighet, observationsförmåga och klokhet beträffar, helt gedigna exempel, medan återigen andra icke äga nämnda egenskaper i samma mått. Många äro till och med icke mycket olika sina passiva bröder. Den ene kan ibland blifva öfverrumplad, den andre blifva hållen som narr; den ene är hemfallen åt smicker, den andre har åf öfveransträngning låtit sin vaksamhet fullkomligt slappas. Många fördjupa sig med så stort intresse i något, att de icke ens lägga märke till, när den passive brodern blir närmare bekant med besökaren; ja, de lämna den förre till och med fullständig frihet att efter behag beställa varor. Hvar och en af dem har sina egenskaper och svagheter. Emedan ingen människa kan tro sig vara starkare än hennes svaga sida det tillåter, gäller ovillkorligen regeln att taga reda på denna svaga sida och med all kraft angripa densamma.

Hufvudsaken är och förblir att kunna kringgå den aktiva broderns vaksamhet, att göra den om intet. Detta kan ske på olika vägar; det gäller att söka den bästa. För den ena icke till målet, så väljer man en annan. Fullföljer man sitt mål oafbrutet, så måste man väl slutligen segra. „Den som igenting vågar, vinner ingenting.“ Det kan ske, om man blott riktigt bjuder till.

Det sker alla dagar. För somliga är det lättare, för andra något svårare, men för alla är det möjligt; slutligen gifva också de vaksamma delägarena efter, blott man förstår vara ihärdig i sitt förehafvande.

„Nej“ får svaret aldrig lyda. I affärer måste man göra precis som i kärlek, då man vill vinna en flicka; och här tagas som bekant inga „nej“ i betraktande; en, två eller ett dussin „nej“ ignoreras helt enkelt. Endast den, som i affärer konsekvent kan fullfölja sin taktik, vinner. Fortuna är, såsom Ni vet, en kvinna, och alla hennes köns kännetecken slå in på henne.

Suggestioner blifva vid upprepning allt starkare. En person skall kanske vid första anbudet tillbakavisa förslaget, men då han om och om igen hör samma sak, skall han slutligen tro det. Intet under för resten, Ni tron ju själf efter upprepade framställningar, hvarför skulle icke han tro Eder?

Och dessutom har suggestionen kanske första gången icke gjort någon synbar verkan; det han hända, att den förhåller sig såsom kornet i en fruktbar jord och har spirat upp, först sedan Ni andra gången ser efter resultatet. Under tiden, som ni vunnit den aktiva delägaren för Eder och ingjutit intresse i honom, har Ni gifvit den passiva brodern tillfälle att redan af nyfikenhet (som han äger i betydlig grad) komma Eder närmane och lyssna till Edert samtal med brodern. När Ni sedan gått, skall han länge tänka öfver det sagda och nästa gång, trots sin allvarlige broders råd, sörja för, att han får samtala med Eder. „Kärleken vet icke af några hinder och skrattar åt låssmeden“, och på samma sätt skrattar den passiva brodern ofta ut sin broder. Hållen blott i minnet den här framställda bilden af den passiva och aktiva brodern, så skall Ni väl förstå själens båda funktioner. Då är Ni äfven i stånd att gifva Edra suggestioner den för Eder fördelaktigaste riktningen och likaså motstå andras suggestioner.

Om Ni vill påverka en människa, med hvilken Ni kommer i personlig beröring,behöfver Ni icke endast förlita Eder på suggestionens makt för att besegra vaksamheten hos hans andliga aktiva delägare. Två mycket mäktiga bundsförvandter skola komma Eder till hjälp: de med Edert förstånds vetskap utsända direkta tankevågorna och tankens omedvetna dragningskrafter. Dessa bundsförvandter kunna utbildas och utvecklas ofantligt genom de i följande lektioner inlärda öfningarna. äfven skall Ni få erfara, huru Ni kan tillägna Eder vissa kännetecken, som skola hjälpa Eder att göra ett godt intryck på den aktiva brodern.

En sak måste Ni dock absolut lära Eder, nämligen att beherska det omtalade föremålet, vinna förtroende och fast tillit. Alldeles lika är det med gossen, som skall lära sig simma. Hvarje gosse har denna färdighet, men han tror det icke. Från det ögonblick han tror, att han kan simma, flyter han äfyen; men så länge han menar „jag kan icke", kan han det verkligen icke heller. Det kan ju hända, att han genom öfning gör framsteg i simning; men förmågan härtill hade han redan från början. Ni äger inom Eder konsten att påverka andra, men så länge Ni icke tror därpå och icke har förtroende till denna konst, skall Ni finna lärandet svårt. Ni kan det och behöfver endast utföra det. Begynn med lätta öfningar, men förtroende måste finnas från första början. Många upptäcka denna konst genom en tillfällighet och kunna ofta knappast förklara orsaken till sin framgång. Ni känner nu grunden och skolen göra det lika väl, om icke bättre, än den som snafvat öfver sanningen.

V LEKTIONEN.

Något litet världslig vishet.

Huru skall inflytande kunna göras på den aktiva delägaren? — Konversation. — Konsten att åhöra. — Carlyle och hans besök. — En njutningsrik konversation. — Förblif ständigt positiv. — Yttre företeelse. — Klädseln. — Ren tvätt. — Parfym. — Renlighet. — Sätt. — återhållsamhet. — Lynne. — Mannamod. — Självfaktning. — Hänsyn för andra. — Öppenhet. — Allvar. — Det goda handskakandet. — Ögat. — Rösten. — En nyttig regel. — Huru skall taktlöshet kureras?

I förra lektionen har jag förliknat människans hjärnfunktion vid två bröder, som togo del uti ett och samma affärsföretag. För att härleda därur vidare följder, vilja vi kvarhålla denna framställning, emedan den mycket väl kan tillämpas på angelägenheternas sannolika tillstånd.

Den aktiva delägaren är en egendomlig, gammal herre; han behöfver försiktig behandling och måste bibehållas vid godt lynne. Besökarens konversation, företeelse, sätt, röst, öga har till en viss grad haft inflytande på honom. Hvarje aktiv deltagare har sin egna smak, sina egenheter, om det också gifves vissa saker, som alla hafva gemensamt.

Hvad konversation vidkommer, borde vi tills vidare om möjligt fastställa, hvilken del af densamma intresserar den gamle herrn. Om Ni behagar honom i denna riktning, är det lätt möjligt, att han helt och hållet glömmer plikterna såsom förmyndare gentemot sin broder. Det är därefter rådligt att endast tala med honom öfverhufvudtaget om saker, hvilka intressera honom, men icke

tala för mycket; „den gamle herrn borde äfven en gång få ordet“. Tala endast så länge, tills han finner tillfälle att själf afbryta Eder, men var Ni då tyst. Hvad man i synnerhet borde utbilda, är åhörandets konst, som obestridt är den nödvändigaste fordran. Många kvinnor och män åstadkomma härvidlag mycket förträffligt, hafva uppnått de högsta platser, emedan de voro mästare i konsten att åhöra. Den urgamla berättelsen om Tomas Carlyle torde vara mången väl bekant. En dag erhöll han besök af en, som förträffligt förstod att åhöra och som bedref naturstudier, hvarigenom det blef honom möjligt att inslå sin värds älsklingstema. Carlyle talade oafbrutet i tre timmar utan att tillåta sin gäst ens ett enda litet ord. Då personen slutligen steg upp för att taga afsked, blef han ledsagad af Carlyle, som var vid bästa lynne i världen, till dörren och tilltalades ännu på följande sätt: „Kom dock tillbaka, vi hade ett af de angenämasta samtal.“ Inser Ni nu pointen? Åhör den gamla, aktiva delägaren uppmärksamt och uppför Eder så, som om hvarje hans ord vore ett blankt just nyss utgifvet guldmynt, men låt icke Eder öfverrumplas af hans vältalighet. Gif noga akt på hvad han säger, men låt icke hans tankar inverka på Eder med allvar, eljest skulle han helt enkelt kunna sälja Eder passiva delägare varor. Förblif positiv och blif aldrig negativ, ty Ni skall ännu finna tillfälle att vexla ett ord med den tillgängliga brodern, när den gamle herrn, berusad af excesserna af sina öfversvinneligheter, försummar sin vaksamhet. Men bevara i hvarje händelse det intelligenta åhörandets konst.

Hvad den yttre företeelsen vidkommer skulle jag råda Eder att undvika de båda ytterligheterna af gäckdrifvande och försumlig hållning. Behåll medelvägen! Man behöfver icke kläda sig på ett i ögonen fallande sätt med afsikt att leda främmandes uppmärksamhet på sig, eller tvärtom. Klädnaden borde alltid vara enkel, nätt och ren. Man må icke bära någon utnött hatt eller tra-

siga skor, ty dessa väcka isynnerhet uppmärksamhet. En herre med god hatt och snygga skor kan nog låta se sig i tämmeligen slitna kläder, förutsatt att de äro snyggt hållna, under det att en utnött hatt, smutsiga, oputsade skor till och med fördärfva en eljest vacker drägt. Tvätten måste alltid vara frisk och ren. Dessa saker äro i ögonen fallande. Aldrig borde en man parfymera sig; de flesta människor afsky parfymer, emedan de förklara det för förskräckligt vanligt. Det behöfves knappt omnämnas, att ett behagligt yttre redan på förhand är en god rekommendation, om äfven de flesta människor icke mycket värdera en god klädsel.

Edert sätt borde vara valt, men ingalunda frivolt. En viss tillbakadragenhet är alltid önskvärd. Ni måste blifva herre öfver Edert goda lynne. Retlighet är alltid ett tecken till svaghet, kännetecknar aldrig en stark karaktär. En retlig människa är alltid i eftertrupp. I fysiskt och moraliskt afseende borde Ni blifva absolut fri från fruktan; att vara det moraliskt, torde falla sig svårare, än att tillegna sig kroppsligt mod. Är Ni hemfallen åt Edert temperament att hysa fruktan för olycksfall och dylikt, borde Ni alldeles särskildt studera kapitlet om karaktärsutbildning och trakta efter att aflägga dessa fel.

Edert tillvägagående måste ständigt framkalla ett intryck af själfakting, men likväl alltid bära fram hänsyn till andras känslor, för deras sympatier och antipatier. Vore detta icke möjligt för Eder, då borde Ni försöka vårda densamma med alla till buds stående medel; detta äro af högsta vigt för att skaffa sig vänner och vinna aktiva delägares ynnest; det sednare är endast öfverseende med Edert eget ovänliga yttre. Behåll städse i minnet ordspråket: „Hvad du icke vill att man gör dig, bör du icke heller tillfoga någon annan“; och den, som förstår att omsätta denna tanke i handling, han skall snart uppnå denna egenskap af värde. Antag ett fritt, öppet sätt. De flesta människor föredraga detta. Var

alltid allvarsam, då Ni talar. Det skall icke endast fängsla folks uppmärksamhet, med hvilka Ni talar, det skall äfven vara till stor hjälp vid upptagandet af Edra suggestioner, och dessutom utgör det en viktig faktor, om Ni vill stärka Eder tankegång. Använd ett fast, ärligt, manligt, handslag. Ingen fattar gärna tag uti en till honom utsträckt slapp hand. Icke ens Ni själf. Glöm icke detta, jag ber! Om detta undgått Eder, så börja genast att öfva Eder däruti och antag ett stadigt handslag. Skaka hvarje mans hand så som om det gällde Eder mest älskade, millionrika fader. Men se sedan hvar och en skarpt in i ansiktet. Jag vill väl ännu i följande lektioner tala om ögats makt; men det åligger mig att påminna Eder därom vid tillfälle för handskakning, emedan båda samverka.

Må tonen i Eder röst vara angenäm; undvik likaväl mumlandet som det alltför högljudda, obändiga talesättet. En utmärkt regel är att rätta den egna röstens höjd efter den med hvilken man umgås, alltid förutsatt, att Ni icke skriker vid slutet, om äfven den andra gör det. Skulle det värkligen blifva alltför högt, så dämpa Eder stämma och anslå en lugn ton, och han skall likaledes tala lika lugnt. I förbigående sagdt, är detta äfven väl tillämpadt på en uppretad person, som skulle göra försök att göra Eder mundöd med sin högljudda röst. Bevara i sådant fall ett lugnt sinnelag och trakta efter att tala jämnt och fast; snart skall Ni bringa det därhän, att den andra personen, man eller kvinna, småningom blir lugnare och rösten likaså skall klinga mildare. Så snart Ni gör detta, har dennas elaka lynne upphört, han känner sig skamsen och Ni har segrat. Försök endast detta. Rösten har en betydande inverkan. En böjlig, väl modererad stämma, behagar ofantligt och kan förskaffa sin ägare många lyckliga triumfer. Eder röst måste antaga färgen af den känsla, som Ni vill öfverföra. Det är en den allra värksammaste form af suggestion. En uttrycksfull röst för-

tjänar att betecknas såsom hufvudvärktyget för en framgångsrik suggestion.

Ändock borde eleven icke förtvifla, om äfven några af de ofvan omnämnda hjälpmedlen skulle saknas för framgången. Han måste hålla i ögnasigte, att alla dessa egenskaper kunna förvärfvas, om han endast vill gifva sig möda att trakta därefter. Arten och sättet för dessas förvärfvande skall närmare förklaras i lektionen öfver karaktärsbildning.

En annan mycket viktig faktor att utöfva inflytande på andra, vår gamle herre, den aktiva delägaren däri inbegripen, är ögat. Menniskoögat förfelar icke sitt välde, och dock veta ganska få, huru hemligheten att riktigt använda det, skall upptäckas. Man borde skrifva hela band att skildra ögat såsom angrepps- och försvarsvapen, hjälpen som ögat spelar vid inflytandet på människor och djur, och ändock skulle man icke kunna uttömma detta ämne.

Vår nästa lektion skall blifva egnad åt ögats bruk såsom ett medel till inflytande på andra; där vill jag visa, huru man kan tillegna sig den magnetiska blicken och på hvilket sätt man kan undvika inflytande genom andra människors ögon.

VI LEKTIONEN.

Ögonens makt.

Det bästa medlet att utöfva inflytande på andra. — Grunderna hvarföre. — Det skolade ögat, ett mäktigt vapen. Andliga ljusdallringar öfverförda medelst ögat. — Dess makt öfver vilda människor och djur. — Fortsatt stirrande på någon är nästan outhärdligt. — Ögats synbruk. — Fängslande och hypnotisk uppmärksamhet. — Den magnetiska blicken. — Sammankomstens början. — Huru skall ögat brukas för att fängsla uppmärksamheten? — Huru fasthålla uppmärksamheten? — Huru för att återvinna uppmärksamhet? — Hvad Ni önskar, måste Ni förskaffa Eder, innan Ni tager farväl. — Självskydd. — Huru föregå för att afhålla andra att utöfva inflytande på Eder? — Huru man skall säga nej? — Huru suggestioner böra gifvas.

Ögat är ett af de bästa medel att utöfva inflytande på andra. Det tjänar icke endast därtill att fasthålla den med Eder talande personens uppmärksamhet och därigenom underlätta det att inprägla Edra suggestioner på den ifrågavarande personen, utan är en makt i sig själf, hvilken rätt brukad, synes egnad därtill att påtrycka andra Eder vilja. Ögat tilldrager, fängslar och kommer den aktiva delägaren att förstummas, så att Ni skall finna tillfälle att träda i umgänge med den delägare, som blir lätt att behandla.

Ögat af en man, som förstår den andliga kontrollens lag och behärskar den, är ett mäktigt vapen. Den för hans andes starka dallringar på små afstånd in i en annans hjärna. Ni skall troligtvis hafva hört om ögats makt öfver vilda människor och djur, och mången af Eder har säkert redan träffat människor, som fulständigt synas genomblicka sina medmänniskor och hvars stirrande

blick nästan är outhärdlig- I vår nästa lektion skall jag bibringa Eder några öfningar, som äro egnade att förskaffa Eder den såkallade „magnetiska blicken“, ett mycket viktigt förvärf för den, som personligen önskar studera inflytandets utöfvande. I föreliggande lektion vill jag antaga, att Ni redan skulle förvärfvat Eder den „magnetiska“ blicken. Ögats rätta bruk vid sammanträffandet med andra personer skall skickliggöra Eder att utöfva på desamma ett inflytande, som är nära beslägtadt med en bedårande och hypnotisk tilldragning, ett resultat, som leder sitt ursprung ur andens starka rörelser, som inverka på kort afstånd medelst ett skoladt ögas magnetiska blick.

Underförstådt måste man låta leda sig af det speciella fallets i fråga varande omständigheter; det torde därefter falla sig svårt att gifva allmänna föreskrifter, hvilka gälla alla fall. Om jag likväl gör det, menas därmed, att hvar och en utsöker det för hans speciella fall användbara och använder det som sig bör.

En af de viktigaste fordringar vid början af ett samtal består däri, att Ni ser den andra personen fritt in i ögat med en fast, stadig „magnetisk blick“. Det är alls icke nödvändigt därvid att stirra på honom, hvarvid Eder blick tillika måste vara fast och stadig, samt uttrycka en stark viljekraft och en djup koncentrationsförmåga. Ni kan midt under tutalet ändra Eder blicks riktning, men så snart Ni gör ett förslag, afger en bekräftelse eller ställer en önskan, med ett ord, så snart Ni vill göra ett särdeles starkt intryck, så måste Ni alltid visa en fast, stadig „magnetisk blick“ och se personen snörrätt in i ögonen. Det är af största vikt och bör aldrig försummas. Om Ni talar öfver affärer, så antag en mycket bestämd blick och ett bestämdt uttryck, hvarvid Ni måste draga den andra personens fulla uppmärksamhet till Eder. Om Ni har att förelägga ett urval, så borde detta ske på ett klart, ärevördigt sätt, med ögonen städse

riktade på den ifrågavarande, såsom om Ni själf hade den fasta viljan, att han gåfve efter för Eder önskan. I hvarje händelse måste man förstå att inrätta det så, att han icke i detta afgörande ögonblick bortvänder sina ögon från urvalets uppställare. Till hvarje pris måste denna fasthålla sin åhörares uppmärksamhet. Har det lyckats honom att länka den aktiva brodrens fulla uppmärksamhet på sig, skall denna knappt finna tid och möda att bekymra sig om den passiva, men denna skall alltid komma och höra allt närmare och närmare på hvad Ni har att förelägga. Skulle åhöraren undvika Eder blick, så skall Ni mången gång kunna länka hans förnyade uppmärksamhet på Eder, genom att gifva Eder skenet att själf se bort från honom, (men lämna icke därvid honom helt och hållet ur sikte) och så snart han märker, att Ni ser på något annat, skall han nyttja tillfället att kasta en förstulen blick på Eder. Ni måste särskildt invänta detta ögonblick; men trakta nu att uppfånga denna förstulna blick och att då möta honom med en rask, skarp och beslutsam blick; därvid har Ni att fängsla ögonen vid hans och att fasthålla hans blick med största viljekraft. Och just nu har ögonblicket inträdt, då Ni bäst kan framföra Eder ansökan. Han själf befinner sig till sin skada midt emot Eder, och det psykologiska intrycket har inträdt att inprägla i hans hjärna Eder suggestion.

Skulle detta icke lyckas på den här angifna vägen att åter uppfånga hans blick, torde det vara att rekommendera att förevisa honom något föremål från Eder affär t. ex. en mönsterkarta, en bild eller eljest en passande artikel. Ni skall göra den erfarenheten, att hans blick omedelbart efter det han sett detta föremål skall riktas på Eder. Han kan vid hvarje tid göra det, men Ni måste vara beredd att möta honom med en fast, magnetisk blick och hafva i förråd för honom en stark suggestion. Om Ni kan och förstår att fängsla en människas uppmärskamhet, att skåda honom under samtalet rakt in i

ögonen, skall Ni säkert kunna i högre eller mindre grad utöfva inflytande på honom, vare sig då att han väl förskansat sig emot Eder, i hvilket fall det skulle falla sig mycket svårt att vinna omedelbart inflytande på honom. Endast få personer äga alltid denna kunskap; det är därföre icke nödvändigt att draga dessa personer här i betraktande. Det kan inträffa, att den andra börjar märka, huru Ni allt efter litet utöfvar inflytande på honom, och då skall densamma försöka att till sitt försvar afbryta samtalet. Det bör Ni likväl i intet fall tillåta; då Ni nu tror Eder hafva vunnit inflytande öfver honom, måste Ni fullfölja detta. Lämna honom icke förrän Ni uppnått Edert eftersträfvade mål.

Det är kanske godt att numera omtala det andra fallet i förbindelse med det ofvanstående. Då det faller sig svårt för en hvar att frambringa skäl och klart föra bevis, när han befinner sig under ett inflytande, under en annans magnetiska blick, torde det vara att rekommendera för Eder att vara på Eder vakt emot den här beskrifna makten, när densamma skulle komma till utförande emot Eder af andra som känna hemligheten. Ni måste bevara en positiv, andlig hållning, så snart Ni märker, att en annan söker utöfva inflytande på Eder, och fast uthärda vid den tanken, att Ni känner Eder stark nog att motstå hans inflytande. Denna andliga hållning skall bevara Eder; naturligtvis har Ni att fullfölja den här gifna lärdomen till inflytande öfver andra i omvänd riktning. Om en annan försöker taga i anspråk Edert intresse för ett förslag, borde Ni icke tillåta honom att fängsla Eder blick oafbrutet under samtalet. Ni kan, utan att märkbart undvika hans blick afsiktligen vända Edra ögon af och an, och på ett angenämt sätt rikta dem på något annat. Det skall gifva Eder någon liten tid till öfverläggning och uppehålla Eder jämnvikt. Om han gör Eder ett förslag, blicka då afsiktligen bort från honom, såsom om Ni allvarsamt öfvervägde hvarje hans

ord. Lyckas det honom likväl helt plötsligt att anbringa sin suggestion eller sitt förslag under det han ser Eder i ögonen, så svara honom icke tidigare än Ni för en minut afvändt Edra ögon och återvunnit Eder positiva jämnvikt. Är Edert svar då „nej“, så måste Ni då betrakta honom med en positiv blick och säga „nejet“ i en fast och bestämd men höflig ton. I tvifvelaktiga fall må Ni alltig säga „nej“. Tag Eder särdeles i akt för suggestion, om den skulle afgifvas i ett psykologiskt moment; ty häri ligger hufvudfaran. Eder egen aktiva delägare måste alltid komma ihåg sin förpliktelse och tillåt för all del icke mannen att underhandla med Eder andra passiva delägare. Hans sträfvande skall riktas därpå att utöfva inflytande på den förra, men Ni måste sätta Eder aktiva fot däremellan.

Den, som talar mest under ett samtal är, om han förstår sitt handtvärk, alltid den positiva faktorn, under det att åhöraren mer eller mindre öfvertager den passiva rollen. Ju mera och allvarligare han åhör, desto passivare är han. Den aktiva är starkare än den negativa, och hvar och en borde akta sig att just emottaga en positiv suggestion, då han själf befinner sig i det negativa tillståndet.

Ni borde lära att gifva suggestioner på ett allvarligt, fast, positivt sätt; Eder röst måste anvisa, att Ni inväntar med bestämdhet den anställda suggestionens follbordan och Eder ande måste i sig upptaga den fulla tron, att den skall komma till fullbordan.

Uppställ för Eder en andlig bild af det, som uttryckes genom de båda orden „förtroendefullt allvar“, och Ni skall kunna fatta idén, som jag vill klargöra för Eder, då jag gifver Eder rådet att framföra Edra suggestioner „på ett afmätt sätt“. Lektionen öfver koncentrering skall i detta hänseende komma Eder till hjälp.

Vår nästa lektion skall egnas åt den „magnetiska blicken.“

VII LEKTIONEN.

Den magnetiska blicken.

Hvad förstår man med den magnetiska blicken? — En fullständig beskrifning öfver öfningarne. — Huru kan man tillegna sig dan magnetiska blicken? — En intressant studie. — Människorna skola gifva tillkänna fruktan. — Experiment med lefvande subjekt. — Första öfningen. — Fullständig anledning att tillegna sig den fasta, stadiga blicken. — Helt märkvärdiga resultat. — Ett mästerligt uttryck. — Dess värkan på människor och djur. — Andra öfningen: öfning med spegel att utbilda blicken. — Huru kan motstånd åstadkommas mot andras blick? — Tredje öfningen: utbildning af ögats nerver och muskler. — Fjärde öfningen: ögonnervernas och musklernas stärkande. — Femte öfningen: experiment med andra. — Försök med djur. — Djuren skola aflägsna sig. — Människor äro oangenämt berörda. — Maktens rätta bruk. — Bevara Edra egna hemligheter.

Med „magnetisk blick“ förstå vi uttrycket af en stark, andlig fordran medelst ögat, hvars nerver och muskler skola utbildas för denna blick. Ögat kan därigenom uppöfvas att kasta en fast, stadig och positiv blick. Huru den andliga ansträngningen bör göras, skall förklaras uti en af de följande lektionerna; nu skola vi ledigt sysselsätta oss med själva ögat. De här beskrifna öfningarna äro af stor vikt; jag vågar därföre vänta, att eleven skall utföra desamma. Genom självva öfningarna skall hvar och en inom kort vara i stånd att tillegna sig en blick, som skall erfaras af andra, och när detta en tid sker uthålligt, kan den i fråga varande uppnå en sådan skicklighet däruti, att endast få människor förmå emotstå hans blick. Detta är en mycket intressant studie och snart skall Ni beröras angenämt af att känna tillväxten af Edra ögons makt genom de personers uppförande med

hvilka Ni kommer i beröring. Snart skall Ni upptäcka, att människor blifva oroliga och förlägna och några skola visa en antydan af något, som påminner om fruktan, så snart Ni för några sekunder riktar Eder blick på dem. Har Ni en gång uppfattat och förfullkomnat den magnetiska blicken, så skulle Ni icke vilja gifva bort denna Guds gåfva ens för ett konungarike. Ni skulle icke endast åtnöja Eder med genomförandet af öfningarna (se nedan), utan fastmer försöka Edra experiment på personer, med hvilka Ni plägar komma i beröring och noga iakttaga resultaten; endast genom försök med lefvande subjekt kan Ni uppnå fullkomlighet och bruka den med ramgång med hänsyn till ögats makt.

Öfningar.

Första öfningen. — På midten af ett stycke hvitt papper af cirka 15 cm² ritas med cirkel en krets af en marks storkek och utfylles med svart bläck, så att den bjärt afsticker från sin omgifning. Sedan fäster Ni papperet med nålar på väggen midt emot Eder sittplats i jämnhöjd med ögonen. Ni själf sätter Eder i midten af rummet på en stol, så att Ni alldeles rakt kan se på papperet.

Nu blickar Ni under en minut stadigt på det svarta stället utan att blinka. Så snart ögonen blifvit behörigen lugnade, förnyar Ni denna öfning ännu en gång och upprepar den fem gånger.

Under det att stolen förblir orörd i midten af rummet, ryckes papperet något så när 1 cm åt höger. Ni sätter ned Eder och fixerar väggen midt emot Eder. Utan att vrida hufvudet, kastar Ni sedan blicken åt höger och håller den stadigt vänd under en minut på den svarta kretsen. Detta upprepas fyra gånger. Sedan bör pappersarket häftas 1 m från sin första plats till vänster på väggen, hvarvid man stadigt bör se på den svarta fläcken under en minut; detta bör upprepas fem gånger. Hela öfningen

fortsättes under tre dagar och förlänges blickens fortvaro på två minuter. Efter vidare tre dagar bör tiden för blickens fortvaro förlängas till tre minuter o. s. vidare; efter hvarje tre dagars öfning förlänges den städse med en minut.

Några personer hafva bragt det därhän att häfta sin blick 20 eller 30 minuter stadigt och utan att blinka eller få tårar i ögonen på en enda punkt. Men jag kan endast tillråda att icke utsträcka gränsen för uthålligheten längre än till 15 minuter. Den, som, såsom uppgifvet, kan rikta blicken 15 minuter på ett föremål, äger samma ögats makt som den, hvilken har bragt det till 30 minuter.

Det är en ovanligt viktig öfning och noga iakttagen, kan en färdighet att blicka hvar och en med Eder talande person stadigt och allvarligt i ögonen med lätthet uppnås. Den skall förläna ögat ett starkt, mästerligt uttryck och i ståndsätta att kasta en stadig blick, hvilken endast mycket få personer kunna emotstå. Hundar och andra djur skola böja sig för Eder blick och värkningen däraf skall tillkännagifva sig på olika sätt. Öfningarne äro frivilligt något långtrådiga, men hvar och en skall finna för den därpå använda tiden och mödan riklig belöning i resultaten. Den, som vill öfva sig i hypnotiserande, skall utomordentligt väl kunna bruka den förvärfvade blicken. Förutom detta hafva öfningarne ännu den värkan, att ögonen synas mycket fullare och att fältet emellan ögonlocken mycket förstoras.

Andra öfningen. — Den första öfningen kan för omväxlings skull kompletteras därigenom, att monotonin förhöjes och att ögonen vänja sig därvid att ogeneradt blicka in i andras.

Man må ställa en spegel midt emot sig och blicka med ögonen uti den så, som det angafs vid första öfningen.

Äfven här må man småningom förlänga tiden för blickandet. Med tiden skall man vänja sig vid att fördraga andras blick. Ni skall finna anledning att genom öfningen finna det bästa uttryck för Edra ögon, hvad som äfven skall lända Eder till stor nytta för andra riktningen. Ni kan härvid iakttaga tillväxten och utvecklingen af Edert ögas karaktäristiska utveckling, då det en gång har antagit den magnetiska blicken. Men i alla fall måste denna öfning systematiskt genomföras. Några auktoriteter föredraga denna öfning framför den i 1 beskrifna; enligt min åsikt borde det bästa resultat stå att uppnås, om båda öfningarna sinsemellan blifva förbundna.

Tredje öfningen. — Uppställ Eder på en meters afstånd midt emot en vägg. Upphäng ett stycke hvitt papper i jämnhöjd med Edra ögon rakt midt emot dessa. Fixera blicken på en punkt och vrid sedan hufvudet omkring i krets med blicken städse riktad på pricken. Då denna öfning förorsakar ögonens kringrullande, under det att blicken blir stadigt riktad på punkten, blifva nerverna och musklerna tagna mycket i anspråk. Nu växla de riktningen af hufvudets kretsrörelse på olika sätt. Denna öfning måste likväl i början företagas endast mildt för att undvika ögonens uttröttande.

Fjärde öfningen. — Ställ Eder med ryggen mot väggen så, att Ni kan fatta med ögonen den motsatta väggen; kasta sedan raskt blicken från väggens ena punkt till en annan till höger, vänster, högt, lågt, i zigzack, i krets o. s. v.

Med denna öfning måste dock genast upphöras, så snart ögonen skulle visa sig uttröttade, hvarvid det är bäst att rikta blicken en tid på en plats, innan man helt upphör med öfningen, ty häraf skall ögat kunna hvila ut från de föregående ansträngningarne. Vid denna öfning skola ögon-nerverna och musklerna betydligt stärkas.

Femte öfningen. — Så snart Ni tillegnat Eder en stadig blick, skall Ni äfven äga mod att vinna en vän

därför att probera Eder ny förvärfvade blick på honom. Sätt Eder vän på en midt emot Eder stående stol, och Ni själf sätter Eder likaledes ned och blickar lugnt, stadigt och oafbrutet in i hans ögon med uppmaning att så länge som möjligt blicka på Eder. Då skall Ni snart iakttaga, att Ni har gjort honom trött, och när han ropar till Eder „nog“ skall han redan befinna sig i ett nära nog hypnotiskt tillstånd. Har Ni att göra med ett hypnotiskt subjekt, skall saken gå än bättre af stapeln. Ni kan äfven för öfrigt probera kraften af Eder blick på en hund, en katt eller ett annat djur, om Ni kan förmå dem till att sitta, ligga eller stå stilla. Men Ni skall finna, att de flesta djur skola aflägsna sig eller vända bort hufvudet, endast för att undvika Eder oafbrutna blick.

Men man måste naturligtvis göra skillnad emellan det oaflåtliga, lugna och det oförskämda stirrandet. Det första utvisar en persons mäktiga, fysiska kraft, medan det senare mera utgör kännetecknet för en halunk.

Ni skall i början finna, att Eder starka, oaflåtliga blick sätter någorlunda i förlägenhet sådana personer, med hvilka Ni kommer i beröring, och att den, på hvilken Ni blickar, tillkännager en störande invärkan; Ni skall känna Eder såsom bedöfvad. Men Ni skall snart vänja Eder vid Eder nya makt och begagna den endast på ett diskret sätt att framkalla en viss värkan, men i intet fall förlägenhet.

Akta Eder för, att nånsin omtala Edra öfningar för det magnetiska ögat; äfven om andra öfningar borde Ni aldrig tala. Resultatet skulle på sin höjd visa sig däri, att människor blifva misstrogna emot Eder, och att Eder makt att utöfva inflytande på andra helt alvarsamt skulle lida däraf. Behåll Edra egna hemligheter för Eder och var nöjd med de resultat, hvilka Ni uppnått med Eder nya makt; att göra stort med den, är endast af ondo. Förutom dessa skäl gifves det ännu andra, driftiga orsaker, hvarföre Ni borde behålla Edra nya egenskaper

för Eder själf. I hvarje händelse skulle mitt icke följda råd endast blifva för Eder en källa till beklagande.

Tag Eder tid för dessa öfningar och öfverila Eder icke därvid onödigt. Följ äfven härvid naturens lagar och utbilda Edra krafter småningom och säkert.

Undvik blinkandet med ögonlocken och den oftare upprepade rörelsen med att öppna och sluta ögonlocken. Förmedelst det bestämda företagandet och det riktiga tänkandet kan man befrias från dessa dåliga vanor.

Skulle Edra ögon tröttas genom öfningarne, så tvätta desamma med kallt vatten, och en lindring skall genast inträda. Efter några dagars fortsatt öfning skall knappt mer någon ögonens trötthet inträda.

VIII LEKTIONEN.

Viljekraften.

Skillnad emellan tankens dragningskraft och viljans kraft. — Växlande tecken på tankerörelser. — Definition af volation och af viljekraft. — En mycket mäktig kraft. — Den verkliga människan. „Jag är“ ett. — Dess igenkänningstecken. — Dess vikt. — Människan uppnår från detta nu oanade krafter. — Människans själ. — Viljan. — Hemligheten att utbilda viljan. — Aktivt och passivt tänkesätt. — Tankevågornas utsändande.

I föregående lektioner har jag förklarat för Eder slaget och sättet, huru en människa kan draga den andra till sig och just under ett vanligt samtal medelst suggestionens makt o. s. v. Intrycket frambringande personen är understödd i sitt arbete af två andra krafter. Den första af de båda hjälpkrafterna är bekannt under „tankens dragningskraft“; om denna skall senare talas; den andra är inflytandet af den skapande viljekraften, ett inflytande, hvilket utgående från en persons förstånd gör sig gällande på en annan persons. Hvad tankens dragningskraft vidkommer, så skall den, en gång i gång satt, utöfva inflytande på den andra, utan det egna förståndets medvetna inverkan; lätteligen, det kraftiga tänkandet på vissa ting skall sätta i gång en betydande kraft som utöfvar inflytande på andra. I det ena fallet volation (den skapande viljans kraft) skola de andliga rörelserna utsändas och genom medveten utöfning, som, påvärkad af utsändarens egna viljekraft, är riktad mot ett bestämdt objekt; så snart drifkraften upphör, upphöra rörelserna.

Jag kan icke finna en allmängiltig ordbeteckning, som skulle lämpa sig för denna form af tankekraften,

och då jag icke hyser den önskan att allt fortfarande tala om den som följer: „den medvetna ansträngningen af viljan, som drager efter sig tankerörelser och drifver dessa emot ett bestämdt föremål“, så ser jag mig föranlåten att själf uppfinna ett namn, som närmelsevis uttrycker denna idé. Jag skall sålunda ifrån detta nu nyttja ordet „volation“. Ordet kommer från det latinska „volo“ = jag vill. Detta ord bör likväl ej förvexlas med volition, ty detta senare betyder viljans fria utöfning, om ett val är att träffa. Jag skall äfven nyttja uttycket „volic“ (härledt från samma stam), hvilket bör uppfattas som „af viljan beroende“.

Volic-kraften är en af de allra verksammaste naturkrafterna och tillika allra minst förstådd. Densamma utöfvas mer eller mindre omedvetet af alla människor. Några äro medvetna om kraftvärkan, utan att förstå lagarna om deras framalstrande och utveckling. Den kan förökas ofantligt genom öfning och utbildning, om man använder härpå nödvändig tid och flit. I lektionen om koncentrering skall jag anföra några öfningar, huru denna kraft kan utvecklas.

För att förnuftigt använda volic-kraften, är framför allt nödvändigt att förstå viljans sanna natur och man måste vara pa det klara med begreppet „den verkliga människan.“

Många hafva vanan att ledigt tala om „ego“, det egna jaget, såsom om en fysisk kropp. Det är den materialistiska ståndpunkten. Andra tänka öfver sitt „jag“ såsom om en andlig skapelse, som beherskar kroppen och har sitt uppehåll i hjärnan. Detta är endast delvis riktigt. Andra hafva varseblifvit, att det gifves „ett högre jälft“ inom människan; få hafva igenkänt detta „högre själf“ och lefva enligt dess anordningar. Det verkliga „Ego“ eller „Jag“ står så mycket högre öfver förståndet, än detta står öfver kroppen; men såväl förståndet som kroppen äro honom underordnade. Båda äro hans verktyg och blifva använda att utföra hans

arbeten, såsnart han erkänner dem såsom lämpliga till bruk.

Det värkliga „själf“ är det, som vi känna vid tiden för en dröm eller en inspektion (inblick i det inre), hvarvid vi tänka eller säga: „det är jag“. Alla hafva vi känt medvetandet af det värkliga jaget under vissa perioder af lifvet, men vi hafva försummat att iakttaga dess fulla vikt. Lägg ner denna bok för några ögonblick, låt Eder kropps muskler förslappas och antag ett passivt, andligt tillstånd; tänk då en gång med lugn och insikt efter orden „jag är det“, hvarvid Ni eftertraktar att uppgöra för Eder en bild af Edert värkliga själf, som är öfverlägset förståndet och kroppen. Så snart Ni uppnått förståndets och kroppens riktiga tillstånd, skall Ni upptäcka ett skimmer af det värkliga jagets närvarande i Edert inre. Fortsätt endast denna öfning. Ni skall frambringa i Eder ande emottaglighet för sanningen. Ingenting förmår skada det värkliga jaget eller tillintetgöra detsamma. Kropp och själ kunna förgås, men „jag är“ är odödligt och försäkradt mot hvarje skada. Det är mäktigt, och när förståndet lärt att lämpa sig efter dess inflytande, skall människan vara ett annat väsende och tillegna sig hittills okända krafter.

Ändamålet med de föregående lektionerna tillåter mig icke att säga mera öfver detta ämne. Dess vikt gör ett värk af flere band nödvändigt. Hvad jag likväl skulle önska för ögonblicket, består däruti, att kunna länka elevens uppmärksamhet med det hela mig till buds stående allvaret på denna sanning. Man må hafva hvilken åsigt som helst angående den här återgifna undervisningskursen, man må antaga eller tillbakavisa teserna, huru som hälst, men det ena måsteman beständigt hålla djupt för ögat: „jag är“ är Edert „värkliga själf“. Så snart Edert förstånd erkänner denna tankes förträfflighet, har Ni lärt känna lifvets hemlighet. Jag har utsått detta tankefrö i Eder ande; det skall utvecklas och blif-

va en praktfull buske med sköna blommor, hvars vällukt skall öfverträffa de älskligaste blommors doft. Om dess blad en gång utveckla sig och blomman i all sin skönhet träder i dagen, då skall Ni inse att Ni själf har upptäckt:

Jag är herre öfver tusenden af världar.
Allt sen människor tänka, från begynnelsen regerar jag;
Dag och natt förgå i evig kretsgång,
Likväl pröfvar jag deras gärningar;
Innan jag upplöses, skall tiden stå stilla,
Ty jag är människans själ.

Charles H. Orr.

Hvad vi beteckna med „vilja“, bevisar endast människans „jag är“; viljan står till människan i samma ursprungliga förhållande, som tanken till förståndet. När vi tala om viljans utveckling, mena vi i värkligheten andens utveckling till erkännande af viljan, så att denna behärskar den senare. Viljan är nog stark och behöfver icke utveckling. Detta är motsatsen till den allmänt antagna läran, men icke desto mindre riktig. En stark viljeström leder genom den psykologiska ledningen, vi måste endast lära att bringa vår släpkontakt till ledningen, innan vi förmå sätta förståndsvagnen i rörelse.

Människan tänker i två olika riktningar. Tänkandets ena klass, hvilken vi kalla passiv andevärksamhet, är knappast nog något mera än en instinktlik ansträngning, ett slags „af sig själf tänkande“ och behöfver föga eller ingen viljestyrka till sitt framalstrande. En andra klass af andlig ansträngning, som vi vilja kalla aktiv andevärksamhet, blir framkallad genom en större eller mindre förståndets fordran på viljans makt. Jag kan endast här hänvisa till fakta; en detaljerad behandling af ämnet ligger utom detta värks område. Uti ett af mina andra arbeten har jag ingått något djupare på ämnet; jag måste därföre hänvisa läsaren dit. I den föreliggande boken har jag företagit mig att tala om „huru“ och icke om

„hvarföre"; därföre må det tillåtas mig att icke öfverskrida teorins gränser.

Ju mera en människa tänker i riktningen af aktiv andevärksamhet, desto starkare och mäktigare skola hennes tankar blifva. Men det motsatta fallet är äfven lika så visst sant. Den människa, som förstår lagen för den andliga behärskningen, har en omätlig fördel framom sin broder, som endast vandrar omkring på den passiva, andliga ansträngningens tråkiga gångstig. Ifrån anden utsändas alla möjliga tankar och deras rörelser utgå från en individ, utöfva inflytande på andra i en mer eller mindre hög grad och motsvara alltid en pådrifvande ansträngnings makt. Passiva tankar äro långt svagare än aktiva tankar, men de förstnämnda äga stor kraft, om de fortfarande upprepas. Vi skola snart varseblifva, att, för att frambringa medelst tankerörelser en omedelbar invärkan på andras förstånd, en ansträngning af volationen erfordras; men ju starkare denna ansträngning är, desto större skall värkan blifva.

Nästföljande lektion skall egnas åt öfning af volationens makt.

IX LEKTIONEN.

Direkt volation.

Volation bildar resultatets måttstock. — Människornas ledare äga den. — Omedvetet ärfd. — Napoleon Bonaparte var självmedveten om sanningen. — Starka människor känna „jaget". — Sträfvandet. — Många vilja icke betala det för resultatet nödiga priset. — Människor, hvilka mästerligt hafva innehaft den förborgade makten. — Tankerörelsernas makt. — Telepati, tankeöfverföring och tankeläsning. — Konstens mästare bevara sina hemligheter. — Första fordran för förvärfvandet. — Öfning af volation under ett personligt samtal. — Hvad är att vänta. — Många människor äro endast dockor. — Allmänna lärdomar. — Makten bör icke missbrukas till andras skada. — En varning. — Satans förskräckliga exempel. — Huru skall man „vilja" en sak? — Första öfningen: en person föranlåten till att vända om sig. — Andra öfningen: göra inflytande på en person på en offentlig plats. — Tredje öfningen; en person påtryckt inflytande utan att se på Eder. — Komiskt resultat. — Fjärde öfningen: — Ett förglömdt ord suggereradt. — Ett märkvärdigt, af en tysk lärjunge uppnådt resultat. — Femte öfningen: rörelsen att leda en annan person. — Sjätte öfningen: öfningar vid fönstret. — Öfvergående inverkan af inflytande. — Förtrollande experiment. — Att endast användas till egen utbildning, men icke för att tillfredsställa ett nöje eller vanlig nyfikenhet.

Volationens utöfvande är väsentligen olika hos olika människor. Det må här anföras i det stora hela, att en människa kan utöfva på andra något slags inflytande just i rakt förhållande till måttet af hans volation. — Massornas ledare hafva utvecklat denna kraft i en jämförelsevis hög grad, om de äfven icke äro medvetna därom, och blifva utan kunskap om denna mäktiga krafts värksamhet, som arbetar för dem. Många sådana människor medgifva öppet och ärligt, att de icke veta att angifva någon orsak, hvarföre det lyckas dem att

utöfva inflytande på andra. Visserligen äro de medvetna om att äga en viss makt öfver andra, men de veta intet om dess lagar och dess karaktär. Napoleon är ett slående bevis därpå, hvad en i hög grad utvecklad volation kan utföra hos en man. Hans vilja var måttgifvande för millioner människor, hvilka åtlydde hans befallningar, och han åvägabragte resultat, som nära nog gränsade till det underbara. Det framgår ur några af hans anmärkningar, att han icke troligen hade den ringaste aning om den här ofvan omtalade makten såsom sin egen och handlade en viss tid igenom i öfverensstämmelse härmed. Då han senare försökte missbruka denna makt, då han förlorade ur sigte källan för denna makt och försummade dess lagar, var hans fall säkert. Man kan lätt iakttaga, att alla män, hvilka haft framgång, känna inom sig „jaget" instinktlikt och starkt. De hafva förtroende till sig själfva och tro nu på en särskild försyn, som härskar öfver deras angelägenheter. De äro, i likhet med Napoleon, af den åsikt, att de äga en lyckans stjärna. Det är ett instinktlikt erkännande af „jag är". Ni äger troligtvis blott ett sken af sanningen och då Eder oemotståndliga trängtan efter välde, ära och lyckorikedomar dref Eder framåt med obändighet, har utnyttjandet skett i fullt mått, Ni var alltså föranledd till att instinktlikt betjäna Eder af den mäktiga Egos drifkraft. Det finnes många, som inse „jag är" — makten och förstå dess lagar, men kasta dock icke sig in i en materiell belönings kamp. Detta kommer däraf, att de visserligen äga makten, men sträfvandet afgår från dem. De åtnöja sig och äro tillfreds med den mindre vinsten och vilja icke köpa resultat eller hvad man kallar att behärska andra. Många män, som hafva mästerligt utöfvat den hemlighetsfulla kraften, förakta rikedom, anställning och ära, öga intet sträfvande därefter, då de uti sig bära en känsla, att dessa ting icke äro värdiga deras krafter. De föredraga dessa senare, så länge de

stå dem till buds att begagna till högre måls uppnående. De tänka såsom profeten, som säger: „bedrägeri och synvilla är allt, intet annat än idel synvilla“ och: „Hvilka narrar de dödliga dock äro!“ Denna vedergällningens lag utjämnar skenbart allt; ty rikedom, makt och ställning göra dock icke alltid lyckliga människor. Ett gammalt ordspråk säger: „kronan trycker bärarens hufvud“ eller „inga rosor utan törnen“ och det är bokstafligt sant.

Likväl om förlåtelse: jag ville icke hålla en föreläsning om lifvet eller bevisa någon slags moral. Hvarje individ måste utsöka det bästa för sig själf, och ingen annan människa kan träffa för en annan ett val. Mitt råd går endast ut på, att hvad än Ni må företaga, gör detta på ett rätt sätt. Det gifves endast en väg att förrätta saker och den bestå däruti, att värkligt utföra dem. Hvar och en måste lägga sin hand vid plogen och bör icke se tillbaka. Välj Edert mål, gå sedan friskt lös emot det, och alla hinder må skjutas ur vägen! För att uppnå målet, måste sträfvan härtill vara för handen i högt mått; hvar och en måste inse sitt faktiska själf, sitt „jag är“, på det han må kunna fullt utöfva sin bekanta makt under namn af viljekraft till befordrandet af sina planer.

Uti den föregående lektionon har jag förklarat volation på följande sätt: „hon är den medvetna ansträngningen af den personliga viljan, som framalstrar tankerörelser och drifver dem emot ett gifvet objekt“. Rörelsernas kraft kan yttra sig på den vanliga vägen, på korta afstånd vid en tillfälligt personlig konversation, men kan äfven, om äfven på ett härtills litet förstådt sätt, fortplantas förmedelst vidtgående rörelser (ibland benämndt telepati). Det första slaget öfvas nästan allmänt, och vi hafva färdigt omnämnt några fall; hvad likväl det andra slaget vidkommer, så kommer det i viss mån sällan till användning, och de, hvilka bäst förstå

att utföra det, tala endast föga därom. Det utöfvas för öfrigt på ett lugnt sätt praktiskt af vida flere personer, än vi öferhufvud kunna drömma om. Dess mildare form står att upptäcka i exempel, hvilka vi känna såsom telepati eller tankeöfverföring under tankeläsning o. s. v., men dylika föreställningar utföras vanligen af personer, som mycket ofullkomligt känna till ämnet. Jag känner flera personer, som hafva utbildat denna makt till en underbar grad, likväl vill ingen af dem godkänna en utställninp af dessa krafter, om det ock vore helt intimt bland par utvalda vänner, med hvilka de lefva i fullkomlig sympati och hvilka tillika äro förtrogna med ämnet. Dessa personer känna maktens värkliga natur, men vilja likväl icke nedsätta sitt värde genom ett vanligt till torgs förande. De äro nöjda med sin insikt och hafva alls icke för afsikt att öfvertyga andra. Ännu mindre söka de omvända någon och vilja i hufvudsak alls icke göra några försök att öfverlemna sina dolda insikter till offentligheten; de hålla tiden för offentliggörande ännu icke tillräckligt mognad och anse, att desammas uppenbarande för närvarande ännu kunde leda till missbruk.

Det första vilkoret för volation-konstens gagn ligger uti inseendet af det värkliga själfvets „jag är“-makt. Ju u llständigare detta inseende är, desto större är makten. Jag kan icke gifva Eder några specifika ordningsreglor med hänsyn till denna inseende-förmågas gagn. Man måste mera känna den inom sig, än att studera den genom begrundande. Ni skall knappt vara i tvifvel om huruvida Ni befinner Eder på riktig väg; det skall Ni snart inse. Om jag säger Eder, att Eder kropp liknar en drägt, som betäcker Eder för en tid, men icke utgöres af Eder själf, kommer jag måhända närmast det jag menar. Om äfven Ni står i närmaste förbindelse med kroppen, är Ni likväl åtskiljd från den; Ni står på en högre ståndpunkt. Men Ni skall äfven varseblifva, att Eder ande icke är „Ni“ utan att den följaktligen är

ett instrument, genom hvilket Edert värkliga själf gifver sig tillkänna såsom förhanden varande; men då detta instrument likväl är ofullkomligt, skall det förhindra det hufvudsakliga uttrycket af Edert eget själf. Kort sagt: när Ni säger eller tänker „jäg är“, är Ni själfmedveten om Edert värkliga själfs värkliga tillvaro och känner en ny brodd af makt växa i Edert inre. Detta erkännande af Edert själf skall måhända endast vara ganska svagt; om Ni likväl uppmuntrar detsamma, skall det tillväxa och under tillväxten förskaffa sig giltighet hos Eder ande därigenom, att kännedom af en motsvarande företeelse till bättre utveckling blir påtrugad denna senare. Här är ett exempel af bibelspråket: den som har, honom skall varda gifvet och den, som icke har, honom skall till och med det fråntagas, hvad han har. Hos några skall måhända hufvudsaken, att uppmärksamgöras därpå, framkalla inseendet, under det att andra skola hålla det för nödigt att eftertänka idén och sedan helt långsamt skulle uppnå sanningens kunskap. Ännu flera skola alls icke känna sanningen; till dessa ville jag säga: tiden är ännu ick mogen för inseendet af denna stora sanning; men fröet är utsådt och växten skall framträda med tiden. Detta må för närvarande synas Eder såsom krassaste dårskap, men den tid skall komma, då Ni skall erkänna satsens fulla riktighet. Men till dem, som för handen känna de första tecknen af det värkliga själfvets uppvaknande, ville jag tillropa: bär denna tanke alltid med Eder och den skall utveckla sig för Eder som en lotusblomma helt naturligt och småningom; är sanningen en gång insedd, då är dess förlust utesluten: uti naturen gifves intet stillastående. Åt dem, hvilka hafva insett sanningen, skulle jag gerna vilja säga mera, men här är icke ett passligt ställe därtill.

Öfning att koncentrera, så som jag skall förklara det i en af de följande lektionerna, är lämpad därefter att skickliggöra hvar och en att vidare utbilda denna

idé om det värkliga själf' et. Tanken „jag är", fasthållen i det tysta, under det man hängifver sig åt koncentrering, skall alltid tillväxa mer och mer.

För att utöfva volationens makt att utöfva inflytande på andra under ett personligt samtal, måste man under förstådt ställa en andligt högre fordran på den andra personen; dock måste denna vara ledsagad af medvetandet att hafva rätt till denna fordran och af tron på, att den gifna befallningen med säkerhet skall blifva utförd. Inväntan å dennas sida att hennes fordran blir tillgodosedd, måste absolut förefinnas. Vid alla andliga företeelser är den allvarliga inväntan ett hufvudvilkor för att framkalla verkan. Den, som endast hyser svaga, halfhjärtade förhoppningar, skall ständigt uppnå endast halfva resultat. Grunderna därföre borde den läsande först efter denna kurs' afslutande inse, då jag för senare lektioner förbehållit mig upplysning öfver ämnet.

Ni bör nu icke förstå mig så, att Ni utan vidare vore i stånd att träda hvar och en närmare och genom enkel viljeyttring och förhoppning om resultat, kunna förandeda den ifrågavarande att just göra det, hvad Ni önskar. Måhända kunde Ni göra allt detta, om personen, med hvilken Ni står i förbindelse, vore mäktig ett andligt motstånd eller, om Ni icke själf skulle äga viljekraft att träda emot Eder egen. Många äga tyvärr till sin egen olycka endast ringa viljekraft och äro endast dockor i deras hand, som känna till det personliga inflytandets hemlighet; men andra åter äga något mer af denna kraft, och det gifves äfven sådana, som färdigt hafva uppnått den högsta ståndpunkten däruti.

Hvad jag likväl kan försäkra är, att Ni på det åt Eder meddelade sättet i viss mån kan förvärfva Eder resultat just af hvar och en, med hvilken Ni kommer i beröring; likväl är graden af resultatet helt och hållet beroende af den andra personens viljekraftsstyrka eller svaghet, sådan den, i jämförelse med Eder, skall under-

kasta sig. Ni skall förstå detta bättre efter några försök. Dröj icke i hvarje händelse att försöka genast utöfva detta slag af andligt inflytande på andra. Ju mera Ni öfvar Eder, desto mera inhemtar Ni och desto bättre skall Ni förstå teorin. Påminn Eder exemplet om den yngling, som icke kunde simma, innan han själf trodde därpå och sålunda försökte det. Underförstådt borde Ni bringa till användning volation i förening med makten att suggerera, såsom den redan tidigare beskrefs. Ni skall kunna koncentrera Edra befallande krafter, om Ni iakttager den utöfvade anledningen i kapitlet om koncentrering. Jag skall framställa i andra lektioner, hvarföre dessa förborgade krafter icke böra användas till dåliga ändamål eller till någon människas skada; men redan här skall det vara godt att varna lärjungen för hvarje missbruk af denna makt. Utöfningen af densamma för onda ändamål skulle äfven jämte sin bristande moral medföra åt de utöfande men och skulle draga med sig dess slutliga ruin vid kvarstannandet vid sådan verksamhet. Den må medföra lycka för en kort tid, men det slutliga resultatet skall utfalla fördärfbringande. Det gifves goda grunder för detta antagande, och hoppas jag med tillförsigt, att denna varning skall vara fullt tillräcklig för läsaren. Förutsatt, att den icke skulle tillfoga personen i fråga någon skada, kan insikten och undervisningen därom utan betänkande bringas till användning vid befrämjandet af berättigade affärsintressen och deras angelägenheters framgång. Ni kan mycket väl föranleda en annan genom Eder inflytelserika öfverlägsenhet att underhandla med Eder, ty det kan icke betecknas såsom ett missbruk af Eder makt. Om Ni likväl å andra sidan utöfvar inflytande på en person för ändamålet att göra svindlerier eller bedraga, eller öfverhufvud tillfoga skada på det här angifna sättet, gör Ni Eder skyldig till en stor orättvisa, för hvilken senare Ni en gång skall måsta göra bot med samma mått, som den af Eder

tillfogade skadan. Jag talar icke här om en bestraffning på andra sidan, utan om den pina, Ni ännu en gång skall lida på jorden. Ty bibelspråket „sådant utsäde, sådan skörd“ skall försvara sig i detta fall. Det finnes för öfrigt föga sannolikhet för handen, att Ni skall missbruka Eder volationsmakt, om Ni fullkomligt äger densamma. Ni skall instrinktlikt förskräckas för idén att anstifta ondt med den nyförvärfvade makten. I sanning gifves det alltid några människor, som lik satan skola använda sin väldiga makt för onda ändamål, men just lik djäfvulen äro dessa människor utsatta för elände och olycka. De äro lik fallna gudar.

Första öfningen för volationens vidare utbildning är själffallet den af koncentrering; det skall vara för hvarje lärjunge af intresse att försöka sig på värkliga, enkla experiment för att vinna själfförtroende. För dessa ändamål äro några öfningar bifogada i följande; dock skola många andra dylika påtränga sig lärjungen af sig självt. Därjämte borde man försöka sig med lättare och småningom öfvergå till svårare. Öfning gör mästaren.

Man må tillåta mig att här ännu omnämna, att i fall Ni „vill“ något, det alls icke är nödvändigt att rynka pannan eller knyta näfvarne; sådant är alldeles onödigt. Makten bör ernås genom en lugn, ostörd hållning; „viljandet“ sker uti en form af allvarlig fordran och genom tankarna, att det skall inträffa, hvad man väntat. Den allvarliga förhoppningen är hemligheten. Den skall mycket snart göra sig konstgreppet till godo. Ni bör endast icke låta nedslå Eder och blifva därvid, tills allt försiggår lätt och utan dröjsmål.

Vi skola i vår nästa lektion taga ihop med volationen på längre afstånd, eller bättre sagdt, den telepatiska volationen.

Öfningar.

Första öfningen. — När Ni går långsmed en gata, rikta då Eder uppmärksamhet på en person, som

just går före Eder. Afståndet från denna person och Eder skall belöpa sig på 2—3 m., men ett större bör icke betraktas som otillåtet. Blicka stadigt oaflåtligt och allvarsamt på Edert subjekt och rikta Edra ögon just på den undre delen af hjärnskalet i nacken. Under det Ni så att säga förtär denna punkt med Eder blick, så uttala innerligt den önskan, att subjektet måtte vända på hufvudet och se sig om efter Eder. För att denna öfnings utförande skall kunna försiggå fullkomligt riktigt, blifva några repetitioner nödvändiga, men då Ni en gång äger färdighet i konstgreppet, skall Ni själf förvånas öfver procentsatsen, öfver huru många människor Ni kan göra edert inflytande gällande. Fruntimmer äro, enl. allt förmodande, mera emottagliga för dessa andliga inflytelser, än män.

Andra öfningen. — Rikta blicken på någon, som sitter framför Eder i kyrkan, på teatern, på en koncert eller i en annan offentlig lokal och fixera samma kroppsdel, som det blef antydt i första öfningen; men åter måste Ni hysa den bestämda önskan, att den i fråga varande måtte se sig om efter Eder. Ni skall nu märka huru subjektet blir oroligt på sin stol, huru det plötsligt vrider sig omkring och raskt skall kasta en blick åt det håll, hvarest Ni är. Detta experiment borde låta sig genomföras med större framgång bland bekanta, än bland främmande. Ju bättre Ni känner den ifrågavarande personen, desto snabbare skall Edert inflytande göra sig gällande.

Dessa båda öfningar kunna solklart lyckas till utförande af experimentatorn på de mest mångfaldiga sätt enligt hans egen idégång. Principen förblir sig lik i alla fall; den koncentrerande blicken och den allvarliga, förhoppningsfulla, starka „viljan“ ella fordran äro alltid hufvudfaktorerna till fenomenets framkallande. Ni skall själffallet först varseblifva vid tillfället för lektionen angående koncentrering, att den koncentrerade viljekraf-

ten alldeles särskildt kan utbildas genom de där anförda öfningarne. Skulle Ni stöta på svårigheter vid de båda ofvan beskrifna experimenten, så är detta just ett bevis på, att Eder koncentrationsmakt icke ännu är tillräckligt utvecklad, och detta ger Eder en antydning, att Ni ännu vidare borde utveckla denna makt.

Tredje öfningen. — Välj uti en omnibus en person, som sitter på bänken midt emot Eder, likväl icke rakt emot Eder, utan något mera åt höger eller venster. När Ni rakt vänder Eder blick utåt, skall Ni likväl, utan att se på personen, varseblifva dess närvaro, eller, om man så får säga, Ni skall behålla densamma ur ögonvinkeln för synen. Rikta nu en andlig, stark fordran på den ifrågavarande personen, så skall hon på grund af Eder vilja och Eder förhoppnigg blicka på Eder. Om Ni utför detta riktigt, skall Ni göra den erfarenheten, att personen plötsligt skådar efter Eder. Någon gång skulle blickandet synbarligen ske omedvetet, såsom om den blott stillat längtan att se efter Eder; i andra fall skall blicken likväl plötsligt och skarpt falla på Eder, så som om den ifrågavarande personen hade varit fullkomligt medveten om, att Ni andligt kallat henne. Ja, hon skall ofta kasta en generad blick och synas så att säga blöd, när hon möter Eder fulla magnetiska blick, som träffar subjektet, så snart det vänder sina ögon på Eder.

Fjärde öfningen. — När Ni talar med en annan person, och denna skenbart icke kan finna ett ord, eller dröjer vid ett uttryck, så betrakta skarpt densamma och gif henne en stark andlig suggestion af ett ord. I många fall skall denna genast upprepa ordet, som Ni har suggereradt henne. Naturligtvis måste ordet vara passande, emedan eljest den ifrågavarande personens passiva förstånd skall vägra att brukä det och densammas aktiva förstånd kunde inskrida för att uttala det riktiga ordet. Några psykologer hafva försökt detta på talare, predikanter och dylika personer och lemnat uppgift öf-

ver ett antal roliga exempel. Jag påminner mig hafva läst ett dylikt i en från tyska språket öfversatt bok, däri ett fall omnämndes, som åsyftade en ung man, som var utrustad med en långt utbildad koncentrations- och volationsmakt. Denne var en elev vid ett af de första af landets gymnasier, och emedan han mera sysslade med den atletiska konsten, än med sina studier, voro hans vetenskapliga produkter af mycket tvifvelaktig natur. Då han likväl genom en tillfällighet hade uppstäckt den i honom inneboende makten, uppgjorde han planen att ordagrant inprägla i minnet endast några få svar på examens frågorna. Så snart professorn nu begynte se på honom, kastade han genast några starka rörelser på läraren att innerligt gifva anledning åt den senare till bestämda frågor och naturligtvis de, hvilkas svar han hade lärt utantill, hvaraf såsom resultat följde „ett förträffligt intyg i alla ämnen“. I boken heter det likväl vidare, att den unge mannen likväl vid slutpröfningen föll igenom, emedan vederbörandes frågor voro anställda skriftligen och äfven måste besvaras sålunda, och den i fråga varande lärjungen alltså icke fann tillfälle att drifva ett spel med sin viljekraft.

Femte öfningen. — Ett mycket intressant experiment består däruti, att gifva anledning åt en person att röra sig i en bestämd riktning. Detta kan försökas på gatan, då man går bakom en person och fixerar den på ofvan omnämnda sätt. Möter t. ex. denna person en tredje, som måste gå åt sida för densamma, kan Ni föranleda Edert subjekt att efter Eder „vilja“ gå förbi till höger, till venster om den mötande personen. Likaledes kunde Ni utföra detta experiment med en person, som kommer emot Eder. I detta fall går Ni raka vägen emot denna person, utan att vika af till höger eller till venster; likväl måste Ni oafbrutet blicka allvarsamt på personen och utdela till henne den andliga befallningen,

att hon till följe af Eder vilja skall inslå vägen till höger eller till venster.

Sjätte öfningen. — Ställ Eder vid fönstret och fixera en sig närmande person, under det Ni hyser den fasta viljan i Edert inre, att personen måtte i förbigående vända hufvudet mot Eder och se på Eder. Här kan Ni iakttaga, att Eder andliga dragningskraft i sju bland tio fall tvingar personen till lydnad, naturligtvis alltid föruttsatt, att Edra koncentreringskrafter äro tillräckligt utbildade. Men till och med utan dessa koncentreringsöfningar kan Ni ernå resultat vid detta experiment så, att Ni skall kunna säga med tillfredsställelse, „saken är icke alldeles lönlös“. Ni skall naturligtvis vinna bättre resultat, om Ni begagnar Eder af ett i parterr varande fönster, än af ett i en högre våning beläget. Då den önskade rörelsen af hufvudvridandet och nästan raktframseendet visserligen är lättare än uppåtseendet till tredje eller fjärde våningen, skall procentsatsen af det lyckade experimentet i parterrvåningen med ett fönster afvika betydligt från det, som skall åsyftas med de i en högre våning uppnådda resultaten. Denna öfning finner en omväxling däruti, att Ni själf går förbi ett fönster, vid hvilket någon sitter, öfver hvilken Ni likaledes vill utöfva inflytande. Har Ni en gång försökt dylika öfningar, skall Ni finna dessa så lockande, att Ni snart själf skall söka andra medel oeh vägar att afprofva Eder makt, hvarvid i de flesta fall de anträffade förhållandena skola hafva ett ord med i laget.

De här anförda öfningarne tjäna hufvudsakligen till att stegra förtroendet till de förhandenvarande krafterna och skola icke litet bidraga till att lära känna konstgreppet, huru impulserna äro att finna. Visserligen äro dessa öfningar till sin natur tämligen obetydliga, och strängt taget, icke mycket värdefulla för de andliga värkningarnas lek; men såsom förberedelse för praktiken äro de visserligen mycket ändamålsenliga. — I intet fall borde

dessa öfnigar blifva ett lekande, men allraminst eller egentligen aldrig för att underhålla vänner och bekanta. Man borde öfverhufvudtaget icke drifva ett lättfärdigt spel med dessa mäktiga krafter eller föra dem till skådeplatsen för att tillfredsställa andras vanliga nyfikenhet. Den lärjunge, som har lärt känna lagen för den andliga behärskningen i sin rätta betydelse, skall knappt hafva lust att paradera med sina insikter för andra; det skall vara honom angeläget att så mycket som möjligt behålla dem för sig själf. Han skall väl företaga öfningarna utan dröjsmål för att rikta sina erfarenheter och att förbereda sig för den högre konsten o. s. v., men äfven detta skall han utföra stilla tigande med erkännande, att det här hufvudsakligen gäller att begagna den allt mer sig utvidgande makten för goda ändamål.

X LEKTIONEN.

Telepatisk volation.

Telepati, en bevisad makt. — Ett den psykologiska vetenskapens underbara framsteg. — Tankeöfverföring. — Rörelser. — Några personers underbara färdighet. — En allmän utbredd kännedom icke önskvärd. — Fara i telepatins användande för opassliga ändamål. — Upplysning för praktiken. — Allmän teori. — På hvilket sätt uppnår man de bästa resultaten? — Fördelar af koncentrering. — Användning af telepatisk volation före en sammankonst. — Draga till sig på afstånd. — På hvilket sätt blifva „Rapport“-betingelser tillförda. — Utförliga direktiv. — Andlig kontakt på afstånd. — Telepatiska tankevågor. — Andliga bilder. — Rörelser från tankevågors kretsar. — Psykologiska rör. — Huru bildas de och huru användas de? — Huru skyddar man sig för andras tankerörelser? — Positiv andlig hållning. — Huru förhindrar man utifrån kommande sändningar? — Huru emotstå det utifrån kommande trycket och inflytandet? — Värkningar af det föregående utöfvandet af tanke-inflytande under det personliga samtalet. — Huru skola förhållandena lättare omgestaltas. — Den passande andliga hållningen. — Esoterisk undervisning för de därför förberedda och egnade personerna. — Människan finner hvad hon söker: diamanten eller kol.

Jag skall alls icke försöka att taga Eder tid i anspråk för beviset, att det värkligen finnes „telepati“. Psykologin har gjort ett så underbart framsteg under de senast förflutna åren, att de lärde, som egna sig telepatin, icke endast äro öfvertygade om dess sanningar, utan att äfven den stora publiken emottager telepatin såsom ett bevisadt faktum i likhet med X-strålarne och den trådlösa telegrafin. Och i värkligheten har man hittills alltid, om äfven lättfärdigt, hyllat den tron, att det finnes en tankeöfverföring, så att de nyare vetenskapliga experimenten i telepati egentligen endast bekräftade många personers hittills hysta åsikt.

Ändamålet med denna lektion skall därefter ingalunda vara den, att öfvertyga Eder om det faktum, att telepati och tankeöfverföring äro möjliga, utan är den afsedd att gifva Eder vid handen de lämpligaste och för Eder fördelaktiga medel till dess utförande.

Hvarje tanke, vare sig velad eller tillfällig, föder tankevågor eller rörelser, som meddela sig åt rummet, och dessa vågor framkalla hos andra mer eller mindre intryck.

Att tillföra en annan person tankerörelser, sker i rak linie, hvarigenom dennas uppmärksamhet blir hänvänd på rörelsernas utsändare. Denna metod, jämnförd med den vanligt brukliga indirekta projektion af tankevågor, synes som en gevärskula gentemot skrotladdning. Kulan är vida öfverlägsen skrotskottet, förutsatt att det blef riktigt siktadt.

Några i Mentalvetenskapen lärda hafva uppnått en underbar färdighet i konsten att utöfva telepatisk volalation, så att de af dem fastställda försöksresultaten måste synas otroliga för den lärjunge, som icke år förtrogen med de direkta tankerörelsernas lagar. Men sådana resultat kunde endas ernås genom årslånga studier, experiment och ett regelrätt lif, som betydligt afviker ifrån en vanlig människas. Enligt min åsikt torde endast ett utomordentligt litet antal af mina läsare vara böjda för att förskaffa sig denna färdighet till sådant pris.

Det är måhända godt, att denna makt icke så lätt står att förväfvas, ty eljest skulle många behärska den och eventuellt begagna den till ovärdiga ändamål. Mången mästare af denna underbara makt har invigt mig däruti och de af mig sedda framställningarne af tankeöfverföring hafva icke så litet öfverraskat mig; det mig därföre af mina vänner påbjudna löftet om hemlighållande har jag troget bevarat. Men till och med vid icke bevarandet af denna hemlighet, skulle en utan gränser varande utbredning af sådan kunskap blifva otvifvelagtigt af ondo, emedan

denna i samvetslösa människors hand sannerligen skulle kunna blifvit mycket farlig för deras medmänniskor.

Såsom sakerna nu för tiden förhålla sig, var det icke möjligt att förhindra, att delar af de hemlighållna kunskaperna kommo till publiken, och att man därmed bedref ett tämligen stort missbruk. Mången har, så att säga, tillfälligt stapplat öfver begynnelsegrunderna och har sedan vidare fullföljt saken i begränsad form, hvarvid måhända, midt ibland denna, förbluffande resultat kommo i dagen.

Denna kurs har för öfrigt icke till ändamål att göra ett försök till att utbilda de sig därför intresserade lärjungarne till ärevördiga mästare af en hemlighetsfull undervisning, eller att bibringa dem mystik eller någonslags underlära, utan det är fastmera endast fråga därom att så föredraga för läsaren lagarna om utöfvandet af personligt inflytande på andra förmedelst andliga öfningar eller, kort sagdt, „personlig magnetism", att han kan betjena sig däraf. Under däraf beroende omständigheter är det icke nödigt att i detalj berätta om de af de mesta framkallade underbara fenomen; det torde vara nog att härmed tillföra den telepatiska volationens första grundlag och en praktisk vägledning därtill, huru de kunna vara till någon nytta för det praktiska lifvet. Jag skall i intet fall inlåta mig på att göra Eder bekant med något mer än med medlen, på hvilket sätt Ni skall kunna vända till Eder en annan persons uppmärksamhet till och med på mer än hundra mils afstånd från Eder för att rättfärdiga Eder önskan att utöfva inflytande på denna. Om Ni likväl hysa den afsikten att utbilda Eder i denna konst genom studium eller experiment, kan Ni allt fortfarande göra detta; likväl måste jag uppmärksamgöra på, att uppnåendet af en stor färdighet i denna riktning icke är ett lätt arbete och skall erfordra mycken tid och mycken möda. De första förkunskaperna, som jag härmed erbjuder Eder, äro däremot mycket lättare att för-

värfva, och om teorin en gång blifvit uppfattad, behöfver man endast praktiskt öfva den, tills fullkomlighet i detta hänseende ernås.

Såsom redan omnämnt, förorsaka alla tankar rörelser, som just utbreda sig så, som ringarna i en dam, i hvilken man kastat en sten. Men de göra intryck på alla personer i grannskapet, åt alla håll och kanter. Kasta likväl stenen så, att den flygger längs dammens yta, skola ringarna allt mer tilltaga i energi emot kastandets riktning. Just så förhåller det sig med den telepatiska volationens rörelser i jämnförelse med de genom personliga tankar framalstrade vibrationerna. Så t. ex. antaga vi, att Ni vill länka en persons uppmärksamhet på Eder, som Ni önskar intressera för Eder. Ni skall i sådant fall vara enträgen i denna önskan med stort allvar och, när Ni har studerat något öfver vetenskap om anden, skall Ni framställa honom i Edert inre så, som om han färdigt vore intresserad för Eder. I det Ni gör detta, skall Ni utan tvifvel utsända starka tankerörelser åt alla håll, från hvilka några ernå Edert subjekt och skola göra mer eller mindre intryck; det senastes grad är då väsentligen beroende af Eder öfverlägsenhet i positiv andemakt tvärtemot subjektet. I bästa fall erhåller subjektet intet annat starkare intryck än af någon annan persons bekantskap; men om Ni så inrättar den andligt telegrafiska apparaten, att den af Eder valda personen erhåller de starka rörelserna direkte i rak linie, äro intrycken långt tydligare, budskapet skall komma till densamma fullkomligt klart.

För att upphinna de bästa resultat, borde Ni tillika med särskildt intresse utföra koncentreringsöfningarne, som inläras i föregående bok. I alla fall låta sig också resultat uppnås utan dessa koncentreringsöfningar, men telepatin skal i förening med dessa kombinerade öfningar uppnå tiofaldig makt. Emedan vi nu antaga, att Ni

skulle hafva samlat kännedom om koncentrering och genomgått de afsiktliga öfningarne, så vilja vi numera taga till tals de möjliga resultaten.

Ni har t. ex. inom några dagar förutsett ett samtal med en herre, i det Ni har för afsikt att intressera honom för Edra planer och Edra företag. Kanhända är denna herre för Eder alldeles främmaude eller har han hittills varit för Eder likgiltig, och det är Eder bekant, att det icke finnes någon dragningskraft emellan honom och Eder person på förhand, allraminst ifrån hans sida. Ni kan likväl göra den erfarenheten, att Ni kan utöfva inflytande på denne herre på det redan anförda sättet, men Ni måtte ännu möjligen gärna före sammanträffandet komma i direkt förbindele med honom d. v. s. med andra ord, Ni önskade försätta Eder i „rapport“ med honom. Eder känsla, att samtalets resultat genom detta medel vinner i trovärdighet, är fullkomligt berättigadt; ty så snart Ni har satt Eder i „rapport“ med en man, eller en kvinna, är en viktig punkt genast uppnådd, då den ifrågavarande personen icke skall kunna undgå att känna ett viktigt intresse för Eder, ja måhända ett mycket betydande intresse.

Endast det bästa skall under dessa förhållanden utgå från Eder, när Ni sätter Eder i förbindelse med den i fråga varande personen förmedelst den telepatiska volationen i den omnämnda „rappoten“. Första steget därtill är, att Ni lägger ner Eder på en bädd på en fullkomligt lugn ort eller nedslår Eder i en bekväm stol. Härpå låter Ni alla Edra muskler förslappas så, att de likna ett fuktigt kläde och Ni knappast är medveten om, att Ni äger en kropp. Då lugnar Ni fullständigt Eder ande och antager en passiv, fullkomligt mild tankegång, utan att det ringaste anstränga Eder ande; detta försiggår utom Eder synkrets; och framför allt bör Ni slå alla störande tankar af rädsla ur hufvudet. Detta sker bäst genom koncentrering.

Sedan Ni sålunda säkerställt de nödiga förvilkoren, så tänk utan uppehåll, men fullkomligt lugnt på den person, som inväntas. Ni bör hvarken rynka pannan eller knyta näfvarne, under det Ni anstränger Eder tankeförmåga. Genom att tillsluta ögonen och föreställa Eder den person, med hvilken Ni önskar komma i „rapport“, skall Ni nog kunna hjälpa Eder. Skulle Ni aldrig hafva sett den person, så uppgör för Eder en andlig bild af densamma, utan att antaga alldeles bestämda minnesmärken. Efter några försök skall Ni varseblifva, att den andliga bilden alltmer blir för Eder skönjbar och Ni skall icke i hufvudsak kunna undgå den föreställning, att Ni redan på något sätt står med denna person i andlig beröring. Är detta tillstånd uppnådt, då låter Ni Eder ande öfvergå till det, hvarom Ni vill underhandla med denna person och tänker Eder, att hon vore villig ingå på Edra önskningar. Därvid måste Ni framför allt fortfarande fasthålla den ifrågavarande personens bild såsom hufvudsak, då det utgör det egentliga bandet emellan denna och Eder. Den konstgjorda drömmen, att personen skulle motsvara Edra önskningar, skall följaktligen göra de mindre starka tankevågorna nyttiga för Eder. Dessa vågor bildas i kretsform åt alla riktningar, men uppnå likväl med större makt än vanligt personen, emedan den direkta förbindningslinien numera är återställd. Säkerligen skall Ni förfullkomnas allt mer och mer under den praktiska öfningen, under experimenterandet.

Man uppnår de bästa resultat, då man tänker sig stående vid ena ändan af ett cirka 30 cm. långt rör och föreställer sig den andra personen vid andra ändan. En sådan föreställning kan vinnas genom koncentrering och betyder intet annat, än att man befinner sig i fullkomlig „rapport“ med den i fråga varande personen; det angifver nämligen, att alla yttre intryck skola uteslutas vid umgänget och att en direkt psykisk

förbindningslinie är uppdragen emellan de båda personerna. Har Ni en gång uppnått detta stadium, så kan Ni vara förvissad om, att Ni gör ett mycket starkt intryck på den ifrågavarande personen, själffallet undantaget, att denna person själf känner lagen för den andliga behärskningen och, då hon känner tecken till, att man ville utöfva inflytande på henne förmedelst tankevågor, antager hon en hållning af positivt andligt tillstånd. Men så mycket är säkert, ju passivare den ifrågavarande personen skall förhålla sig i det motsvarande ögonblicket, desto bättre blir resultatet. Redan efter några öfningar skall detta maktinflytande utbilda sig och föreställningen om „rör“ skall mycket snart faktiskt och klart komma till stånd och den ifrågavarande personens andliga bild skall då ännu tydligare framstå för Eder.

Enligt min åsikt förvärfva sig de flesta lärjungar först efter någon öfning föreställningen om det långa röret; likväl finnas äfven sådana, för hvilka det lyckas genast vid första gången. Det tidigare beskrifna, nödvändiga, passiva lugnet är ju icke svårt att förvärfva sig, men nästa steget, föreställningen beträffande det långa röret, skall falla sig svårt för mången. Till en början synes detta rör som en underlig skuggring, som småningom blir tydligare och med tiden antager gestalten af en öppen rör-ända. Sedan förlänger sig detta rör allt mer och den i fråga varande kan snårt helt klart och tydligt igenkänna längs det inre af det oändligt långa röret alla företeelser. Såsom sagdt uppnå många detta resultat mycket snart, andra åter behöfva därtill ett stort antal experiment. Äfven här är hufvudsakligen fråga om att förvärfva det rätta konstgreppet för den andliga bildens framställning. I alla händelser äro ju äfven goda resultat möjliga utan föreställningen om det långa röret; likväl äro de mycket bättre hos personer, som kunna hängifva sig åt denna föreställning.

Må det här tillåtas mig att rekommendera Eder den positiva, andliga hållningens vidare utbildande, då densamma skall tillföra bättre resultat och förhindra andra personer att med volationsöfning finna lycka hos Eder. När Ni finner Eder påverkad utifrån, behöfver Ni endast enkelt väcka tanken på „jag är“ i eder ande, hvarefter Ni skall känna Eder psykiskt stark öfver att Ni är gjord otillgänglig för främmande rörelser. Man omgifver sig med ett tanke-luftlager genom ett fullt förstående och erkännande af det högre jaget, som skyddar emot yttre inflytelse, utan någon som helst andens villiga ansträngning. Innan man likväl fullkomligt spörjer detta inseende, är det nödigt att stanna tanken för ett ögonblick, att bekräfta den senare genom det andliga fastslåendet af „jag är“, ledsagad af uppfattningen af det verkliga jaget. En andlig bild af Eder egen person, som omgifver sig med det skyddande tankelagret och därigenom afvisar andras rörelser, skall självärksamt skaffa ett mindre lager, som varor så länge, som Ni bibehåller tanken och öfvertager det lyckosamma försvaret emot yttre inflytelser. Fortsättandet af andliga bilder borde framgent öfvas, då deras resultat äro af stort värde för den i fråga varande. Skulle Ni nånsin hafva den känslan, att Ni önskade eftersinna, utan att blifva påvärkad af andras åsikt, så sätt ner Eder och uteslut, såsom beskrifvet, tankerörelserna; Ni blir då själf förvånad öfver, hvilka klara tankar uppspira därur. I nästa lektion skall det blifva fråga om tankerörelsernas inflytande, likväl ville jag här ännu vidfoga, att andras tankerörelser, till och med när densamma icke direkte äro riktade på oss, röra sig uti ständigt utvidgande kretsar och måste beröra oss alla mer eller mindre. Naturen har försett oss med en instinktlik motståndskraft, men likväl röna vi alla mer eller mindre inflytande af andras tankerörelser och ofta förekommer det, att de af oss yttrade åsikterna icke äro annat, än ett instämmande i omgifvande personers åsikter.

En människas haltpunkt kan mycket lätt draga efter sig en hennes idéers vexel öfver religion, politik, etik o. s. v. för att sammanföra till harmoni idéerna med de allmänna intrycken från hennes nya omgifning; en sådan vexel är betingad genom värkan af de kombinerade tankevågorna från hennes nya grannar. Om Ni endast något litet ville kasta en återblick, skall Ni erinra Eder ett stort antal sådana exempel. Vågor af folkeliga känslor äfversvämma ibland ett land, så att hvar och en gripes af dem och då försvinna dessa känslor midt uti lika snabbt, som de hafva kommit. En eljest fridfull folkmassa kan på detta sätt helt plötsligt förvandlas till en hop rasande vildar. Så går det till; ty människornas sinnesrörelser och åsikter ombildas i högre eller lägre grad genom en egenskap af de tankevågor, hvilka uppnå dem från andra. Hvar och en skall väl inse, hvilket utomordentligt värde det ligger i den kunskap, som skickliggör människan att väpna sig emot yttre inflytanden och på detta sätt endast låta behärska sig af sitt eget förnuft, sitt omdöme och sin egen ingifvelse. Ingen borde ytligt uppfatta denna angelägenhet, då den tid troligen skall komma, då denna kunskap kan vara af oberäknelig fördel för den i frågavarande. Det gifves tider, under hvilka ett klart tänkande blir en betydelsefull lifsfråga för människan, i synnerhet, då ett stort tryck utöfvas på henne utifrån att begå en handling, och hon är i tvifvel om hvad hon bör göra. Då måste hon samla sina bäta tankar och detta är ögonblicket, då hon måste omgifva sig med det skyddande tankelagret och under det hon försäkrar sin egen andliga borg för angrepp, har att afgöra hvad hon gör. Många af hennes bästa beslut komma så till stånd. I alla fall är det en fördel att tillegna sig denna konst.

Önskan att relativt inlära Eder. Edert försvar har någorlunda vändt mig bort från det mig föresatta målet. Vi vilja nu återvända till angreppsmetoderna. Vi antaga,

att Ni skulle hafva följt lärdomen, som handlar om inledandet af direkt andlig förbindelse med den i fråga varande personen förmedelst telepatisk volation. Om Ni värkligen senare sammanträffar med denna person, skall Ni varseblifva, att hon kommer Eder till mötes med högre intresse än förut: hon skall så inrätta sina handlingar, som om hon redan sedan år tillbaka räknade Eder till sina vänner; tillfölje däraf skall Ni lära Eder förstå och tillika känna Eder „hemma“. Jag vill för ingen del påstå, att den i fråga varande personen skall utföra allt, hvad Ni önskar; så långt äro vi ännu icke; men hon skall känna sig böjd att komma Eder till mötes på halfva vägen och angelägenheten skall vida snabbare komma flott, än Ni själf väntat. Och ett återupprepande af en sådan öfning af telepatisk volation skall ännu mera befordra angelägenheten. Men man bör icke låta modet sjunka genom något slags misslyckande; man måste förblifva därvid och resultatet skall visa sig snabbare, än Ni tänker.

Man måste under själfva samtalet, såsom vid alla sådana sammankomster, antaga en modig, förtroendefull, andlig hållning och aldrig glömma att taga ögonens makt med till hjälp. Ögat anknyter åter mycket ofta den tidigare genom telepatisk volation anknutna förbindelsen; den såkallade „rapport“ blir åter försatt i gång och detta leder samtalet till en med Eder önskan mera harmonierande afslutning. Man måste just låta sig ledas af omständigheterna och därvid lära att använda de ofvan beskrifna metoderna under de mest olika förhållanden. Det här anförda exemplet skall lätteligen tjäna såsom mönster; men dess principer äro korrekta och kunna vara af värde för alla fall med motsvarande ändringar, genom hvilka Ni vill utöfva inflytande på en person i fjärran, innan Ni sammanträffar med denna. Principen förblir sig lika i alla fall.

De lärjungar, som studera dessa lektioner med omsorg, skola upptäcka mycket i dem, hvad den vanliga lä-

sären alls icke märker. Han förfelar just att läsa emellan raderna. Är Ni en gång på rätt väg, skall innehållet af denna bok blifva för Eder allt klarare vid upprepad läsning, och Ni skall därigenom ständigt upptaga nya idéer, under det den ytliga läsaren svårligen skall kunna intränga i bokens anda. På detta sätt skall den esoteriska läran undgå honom och endast det exotiska i saken väcka uppmärksamhet, under det han borde finna förklaringarne och öfningarne ungefär så „klara som tjockt bläck". Den, som söker, han finner. Den ena ser i grufvan endast kol, under det den andra igenkänner diamanten i jorden; likväl äro kol och diamant af samma ämne. „Bed och Dig skall varda gifvet". „Söken och I skolen finna."

Vid slutet af denna lektion vill jag ännu betona, att framför allt andekrafterna, såsom de blefvo skildrade i den föregående och i denna sista lektion, väl må förefalla underbara, men att likväl tankens makt, såsom den är kännetecknad under titeln „tankens dragningskraft" ännu vida mera öfverträffar faserna af det, vi förut redan veta. Jag skall i nästa lektion göra försök att göra detta underbara tema begripligt för Eder.

XI LEKTIONEN.

Tankens dragningskraft.

Prentice Mulfords idé. — Tankar äro konkreta ting. — Tanken är en dynamisk kraft. — Ande och materie äro identiska. — Naturens under. — Professor Grays experiment med vibrationer. — Underbara resultat. — Professor Williams betecknande redogörelse. — Tankenäring. — Karaktären af tankevibrationer. — Grumliga och luftiga tankevågor. — Edra tankar blifva i förbindelse med Eder och angripa Eder. — Luftlager af tankar. — Likt drager likt till sig. — En underbar uppenbarelse af det psykologiska fenomenet. — Följden af rädda eller plågsamma tankar. — Fördelen af förtroendefullt tänkande. — „Förbannelse värda tankar äro som höns, de förtäras slutligen hemma“. — Den genom rätt tänkande förorsakade framgången. — Människornas framgång hänvisar till riktigt tänkande. — Edra ideal blifva förverkligade. — Förutsättningar för framgång. — „Jag kan och jag vill.“ — Ni drager andra till Eder. — Allt tillhör Eder, blott Ni kan önska det åt Eder med den erforderliga kraften. — Helene Wilmans teori.

Den genialiske skriftställaren öfver andens makt, Prentice Mulford, har om en del af sina filosofiska åskådningar fält yttrandet: „Tankar äro ting“. Han gaf härvid uttryck åt en mäktig sanning, en sanning, som, i fall den blefve erkänd af människorna, vore i stånd att omstörta världen. Tanken är icke endast en dynamisk kraft, utan en sak, som man kan taga på likasom hvarje annat fast föremål. Tanken är egentligen blott en finare form af materie eller en något gröfre form af anden; hvardera benämningen är lika berättigad. Materien är endast en gröfre form af anden, anden blott en finare form af det fasta ämnet. Öfverhufvudtaget finnes det endast ett ämne i naturen, men detta ämne antager

många olika former, räknadt från den fasta gestalten, om man så får säga, till den flyktigaste formen, anden.

Så snart vi tänka, utsända vi vibrationer af en allt igenom fin, eterisk substans, som likväl har samma existensrättighet, som ånga och gas, flytande och fasta kroppar. Vi kunna se tanken lika litet som flyktiga gaser. Vi kunna hvarken lukta på eller smaka en tanke, såsom fallet också är med den rena luften. Men vi kunna känna tanken, hvilket många gånger blifvit bekräftadt; och det är mer, än vi kunna säga om de kraftiga, magnetiska vibrationerna hos en mäktig magnet, hvilken väl är i stånd att draga till sig ett tungt föremål af stål, men icke utöfvar någon verkan på oss. Dess svängningar kunde möjligtvis draga till sig våra kroppar medels stålet, men vi skulle icke alls märka det; vi skulle kanske icke alls veta af den magnetiska kraften. Ljus och värme utstöta äfven vibrationer, men af mindre styrka än tanken; principen blir i alla fall densamma. För att bevisa förefintligheten af ett materielt ämne eller en kraft är det icke alls nödvändigt, att vi förnimma det eller den med våra fem sinnen. Vetenskapen bevisar fullkomligt denna sats. Professor Elisha Gray, en framstående lärd, säger i en liten broskyr „Naturens under“ följande:

„Att det i tankarna finnes ljudande vågor, som intet människoöra kan höra, och färgade ljusvågor, som intet öga kan se, gifver mycken anledning till betraktelser, och den vida, mörka, tonlösa rymden mellan 40,000 och 400,000,000,000,000 vibrationer i sekunden, då intet ljus mer existerar i rörelsens universum, kan redan få en att grubbla“.

Mr. M. Williams säger i sitt under titeln „Några korta kapitel om vetenskapen“ utkomna verk: „Det finnes ingen afsats mellan det snabbaste vågslag eller luftvågor, som alstra förnimmelsen af en ton, och de långsammaste dito, som åstadkomma vår känsla af den lindrigaste vär-

me. Emellan båda är en ofantlig lucka, i hvilken en andra rörelsevärld kunde få plats; hela denna värld ligger emellan vår tonvärld och vår värme-och ljusvärld, och intet gifver anledning till antagandet, att det icke skulle finnns något ämne, som vore dugligt för denna mellanverksamhet, eller att en sådan verksamhet icke skulle framkalla mellanförnimmelser, om det funnes organer, som upptoge sådan aförnimmelser och försinliga rörelserna."

Jag har anfört ofvannämnda anktoriteter endast för att väcka läsarens tankar och icke för att möjligen försöka bevisa, att tankevibrationer existera. Ett sådant bevis skulle ligga utanför ramen af detta verk och måste därför uteblifva.

De af oss utsända tankevibrationernas karaktär beror af självfva tankens natur. Om tankarna skulle hafva färg — några påstå det —, så skulle vi se våra rädda och ängslande tankar såsom mulna, tunga, tätt öfver jorden hängande moln, medan det att våra glänsande, glada, lyckliga och förtroendefulla tankar, våra „jag kan och jag vill" — tankar skulle se ut som lätta, luftiga, flyktiga moln, som ila raskt framåt och förena sig med andra af samma slag, så att de bilda luftiga, högt öfver oss sväfvande moln, hvilka lämna lågt under sig de täta och dåliga dunster utspridande tankarna af rädsla och ångest, i synnerhet „Jag kan icke" — tankarna.

Det gör ingenting till saken, huru långt Edra tankevågor aflägsna sig från Eder; de blifva alltid i förbindelse med Eder och påverka Eder på samma sätt, som Edra vågor påverka andra. Just från dessa „Eder andes barn" och deras inflytande kan Ni icke lösgöra Eder. Om Ni har utsändt onda tankevågor, står Ni också under inflytande af desamma; Edert enda hopp ligger uti att neutralisera dessa vågor genom andra och skicka emot dem andra starkare och bättre tankevågor, men därvid alltid betonande „Jag är" och därigenom skapande om-

kring Eder själf ett andligt luftlager eller också använda bägge medlen.

Det gamla ordspråket „Likt drager likt till sig“ eller „Kaka söker maka“ bevisas genom tankevågornas verksamhet. Detta är just „tankens dragningskraft“ eller tankens så kallade „adduktiva egenskap“ (adduktiv är härledt från det latinska adducere-medföra). Att denna egenskap hos tanken gifver sig till känna är en af de underbaraste företeelserna i de psykologiska fenomenens rike.

Fruktan eller ångest medförande tankar dragar naturligtvis till sig andra likadana tankar och blanda sig med dessa, så att den i fråga varande icke allenast plågas af de af honom själf alstrade tankarna, utan också af andra människors, och alla tillsamman utgöra då en tung börda. Och ju längre man hänger sig åt dessa dåliga tankar, desto tyngre blir naturligtvis bördan. Om Ni däremot tänker glada och lyckliga tankar, skola dessa i samma mån draga till sig andra liknande tankar, och Ni skall genom allas förenade verkan känna Eder lättare, ännu gladare och ännu lyckligare. Det är fullkomligt sant; men jag fordrar icke, att Ni skall erkänna denna sanning genom att helt enkelt tro därpå. Försök skola öfvertyga Eder. Men, såsom jag redan sagt, haf under experimentet genast från början förtroende till resultatet, så skall detsamma uppnås bättre ocb fortare. Halfhjärtade, tviflande tankar medföra en mycket ringa prosentsats framgång emot de förtroendefullt väntande tankarna.

Om Ni fäller modet, icke mer har förtroende till saken, om Ni känner ångest för försöket eller till och med slagit in på vägen „kan icke“, skall Ni draga till Eder andra lika dystra tankar och det skall då verkligen visa sig som ett „kan icke“, och dessutom skall hvar och en annan få en likadan uppfattning om Eder och Eder skicklighet.

Men nu gäller det att sadla och så framåt, sända ut allvarliga, förtroendefulla, orädda „Jag kan“ — och „Jag vill“ — tankevågor, hvarvid Ni genast skall draga till Eder andras liknande vågor, som hämta åt Eder ännu mer uppmuntran och kraft och hjälpa Eder att uppnå målet.

Om Ni hyser svartsjuka, afundsjuka tankar och utsänder deras vågor, skola de tillsammans med de insamlade, likadana vågorna från andra återvända till Eder, och Ni skall känna Eder eländig, så länge Ni icke gjort Eder fri ifrån dem. Likaså skola vågor af hat göra Eder skada, då de ju på sin resa måste tilltaga i kraft och styrka. Det gamla ordspråket „Förbannelsevärda tankar äro som höns, de förtäras slutligen hemma“ är i verkligheten mycket närmare, än man i allmänhet tror. Retliga tankar uppväcka alltid förargelse hos en annan, så framt denne icke skulle ställa sig på den positiva ståndpunkten emot dessa dåliga tankar, och om detta icke är fallet, skall denne andre genast sända onda vågor tillbaka; och dessutom blanda sig allehanda tankevågor däri och öka det lastfulla verket. Säkert har Ni hört folk säga: „Människan finner alltid, hvad hon söker.“ Det är självklart, att hon gör det, hon rår icke själf därför, ty hennes tankar draga till sig andra af samma slag, och hon måste se världen genom sina andliga glasögons färg.

Goda tankar draga goda till sig; onda göra det samma åt onda tankar. Om Ni hatar en människa och tillsänder henne hatfulla tankar, skördar Ni säkert också hat och skall snart måsta se en ful och hatfull värld i ansiktet. I tankevärlden får man tillbaka, hvad man skickat ut, och det med hög ränta. Sänder Ni ut älskvärda tankar, skall Ni få dylika tillbaka med ränta och skall alltid se Eder hälsad af en älskvärd, hjälpande omgifning, hvaraf Ni blott kan hafva nytta. Till och med från egoistisk ståndpunkt sedt är det förmånligast att låta

endast de bätta tankarna cirkulera. Försök blott att en viss tid, låt oss säga en månad, hysa och utsända endast goda tankar; Ni skall snart se allting med helt andra ögon; en stor förvandling skall försiggå inom Eder själf, och med afsky och motvilja skall Ni se tillbaka på Edert forna, låga tänkesätt och för intet i världen vilja återvända till detsamma; om man erbjöde Eder en hel förmögenhet, skulle Ni säkert fillbakavisa anbudet. Redan innan en månad förgått, skall Ni vara medveten om de ständigt återkommande tankevågornas hjälpsamma makt, och hela Edert lif skall gestalta sig annorlunda för Eder. Försök det. Försök det nu genast. Ni skall aldrig behöfva ångra det.

Det finnes två särskildt dåliga tankar, som man med roten borde förgöra. När Ni gjort det, skall saken af sig själf få en bättre vändning. Jag menan fruktan och hat. Dessa båda giftplantor äro upphofvet till så många andra dåliga tankar. Nervositet är rädslans äldsta dotter och har en stor likhet med densamma. Afund, missunsamhet och retlighet äro några medlemmar af den stora familj, hvars stamfader är hatet. Tillintetgör föräldrarna, och deras efterkommande skola lämna dig ostörd. I lektionen öfver karaktärens utbildning skola vi ännu en gång återkomma till denna sak.

Ännu måste vi taga i betraktande ett annat utvecklingsstadium af tankens dragningskraft, nämligen dess framträdande, då man har det rätta tänkandet att tacka för framgången.

Kanske tyckes det Eder nästan otroligt, men ett faktum är det i alla fall, att alla framgångsrika människor hafva sina allvarliga, kraftfulla, koncentrerade tankevågor att tacka för sin storhet. De hafva gifvit sin tankegång en viss riktning och hafva förstått ansluta därtill viljans stora hjälp, erkännandet af „Jag är"; de läto sin karaktär utvecklas i öfverensstämmelse därmed och gingo genast lös på målet, som de från början uppställt åt sig.

Andra hafva förföljt samma mål, men gått vilse, emedan de icke hållit fast vid tanken, hafva med tiden aflägsnat sig från målet, förlorat modet, blifvit försagda eller helt och hållet bedragna.

Förutsättningarna för att framgångsfullt kunna kämpa sig fram till ett tankeideal äro för det första ett öfvermäktigt begär, icke blott en svag önskan; för det andra en stark tro till förmågan att göra detta begär rättvisa (icke endast en tro med halfva hjärtat) och för det tredje ett oemotståndligt beslut att lyckas (icke blott ett ryggradslöst „Jag skall göra ett försök".)

De här uppräknade själsegenskaperna skola vid uthållighet säkert föra till framgång. Ni utbildar Eder karaktär i öfverensstämmelse med uppgiften, och då „tanken antager fast form under handlingen", skola dessa egenskaper utrusta densamma med den stora makten att påverka andra och frambringa sådana tankevågor, som ega förmåga att draga till sig främmande tankevågor och sålunda få understöd af dessa.

Om Ni hyser „Jag kan icke" — tankar, så utstöter Ni vibrationer, som föranleda andra att tro, det Ni verkligen ingenting kan, och ingen kommer att vara Eder behjälplig eller vilja taga Edra tjänster i anspråk. Självbevarelseinstinkten gör människan skygg emot sådana personer. Världen känner sig icke dragen till folk med „Kan icke"-principer. Detta slags tankar framkalla hellre afsky än förkärlek hos andra.

Men den som hyser „Jag kan" — och „Jag vill" — tankar och låter motsvarande vågor dansa omkring sig, så länge de äro besjälade af dem, han skall draga världen till sig, och „allting skall komma emot honom på halfva vägen". Gedigna människor skola möta honom med samma känsla och vara glada öfver att få samarbeta med honom. Svagare människors skola känna hans styrka; de skola begagna sig af hans hjälp och omedvetet blifva påverkade af honom och känna sig dragna

tillhonom. Detta är ett exempel, som bevisar sanningen af tankens dragningskraft. Försök det blott!

Men (beskaffenheten af) dragningskraften gör mer än detta. Den drager till Eder människor, som intressera sig för samma uppgifter i lifvet som Ni. Dessa människor känna sig dragna till Eder, och Ni hysei samma känsla gentemot dem; den ena hjälper den andra till ömsesidig fördel. Människor, som behöfva Edra tjänster eller dylikt, skola känna sig dragna till Eder, och de hafva verkligen nytta däraf till Eder fördel. Dragningskraften för till Eder alla, som skola hjälpa Eder och befordra Edra intressen. Har Ni någonsin känt Eder dragen till en sådan person och hjälpt honom, utan att Ni med honom uppnått målet? Säkert har detta redan händt Eder. Hvarför? Hvarför tager Ni Eder an somliga människor, men icke andra, som äro lika goda? Det beror på ingenting annat än tankevibrationernas dragningskraft. Denna egenskap skall vidare förorsaka, att Ni blir dragen till sådana, hvilkas tankevibrationer stå på samma tonhöjd, och instinktivt skall Ni finna rätt på dem, som kunna vara Eder till nytta, och hvilkas hjälp Ni tänker taga i anspråk.

Jag säger Eder: „Eder egen vilja skall vända tillbaka till Eder“, om Ni blott vill erkänna denna lag.

Det är alltid svårt att förklara detta (utan att komma in på metafysikens område), men enligt det föregående tyckes graden af Eder framgång hufvudsakligast bero på Eder tro till denna kraft. En halfhjärtad tro vinner aldrig mer än half framgång, men en allvarlig, fast, förtroendefull tro, att „Eder egen vilja återvänder till Eder“, måste frambringa goda resultat, som man till och med kunde kalla underbara. Ni skulle utbilda denna tro och låta den åtföljas af en fast, andlig fordran på, hvad Ni behöfver, och Ni kommer säkert att hafva framgång. „Beden, och Eder skall varda gifvet, klappen, och Eder skall varda upplåtet“; men bedjandet och klappandet

måste ske i förening med en fast tro och förväntan på framgång.

Helene Wilman säger:

„Den som vågar låta sitt „Jag“ vara gällande
Kan lugut vänta;
Ty det evigt framåtilande ödet uppfyller
Hans önskan med säker borgen.“

Men orden „lugnt vänta“ hänföra sig endast till ett själstillstånd och afse blott det lugnt förtroendefulla väntandet på en säkert inträffande sak. Men därmed menas ingalunda, att man skall sätta sig ned med händerna i skötet och icke göra annat än „lugnt vänta“, tills det „framåtrusande ödet“ skall hämta oss vår belöning. O nej! Helene Wilman har aldrig varit af denna åsikt. En människa, som är besjälad af ett begär och därtill besitter koncentrerade tankeimpulser, skall aldrig sätta sig ned och vänta, ty han kan icke göra det, utan att uppoffra sitt häftiga begär, sin allvarliga vilja. Tanken framträder i handlingen, ju fastare tanken är, desto kraftigare är handlingen. Ni skulle nödvändigt behöfva en sak och litar fullt och fast på Eder skicklighet att försäkra Eder om densamma, men Ni sträfvar efter att erhålla den på den väg Ni anser vara den bästa, och Ni skall säkert få den. Vi kunna vara ense med Garfield och säga: „Vänta icke, tills någonting kommer i din väg, nej, gå själf och lägg dig i vägen för saken“. Detta „gå åstad och lägg saken dig till rätta“, är det sanna, det äkta, det skall du göra med alla dig till bud stående krafter, men bevara städse i ditt inre din lugna åstnndan, att saken skall utfalla till din fördel såsom en följd af ditt ingripande och ordnande af densamma. Och hela tiden skall du förtroendefullt förnimma, att förhållandena lyda dina befallningar.

Jag önskar, att jag hade att förfoga öfver störreutrymme för att kunna berätta Eder mer om de under

bara resultaten af det föregående „Tänka och handla“, men här kan jag endast flyktigt beröra ämnet. Så mycket kan jag ännu säga, att de flesta ju ändå måste få erfara saken, innan de kunna tro på sanningen däraf. „Jag är“ blir icke annars tillfredsställd. Hvar och en, som läst denna lektion, borde genast praktiskt fullfölja idén om det „nya tänkesättet“. I början måste visserligen hvar och en taga allt, hvad jag säger, på god tro, men snart skall han vara i tillfälle att genom egen erfarenhet kunna bevisa riktigheten af mina påståenden, och då skall han lära sig känna sanningen och styra emot framgången.

„Allt tillhör Eder, om Ni blott vet önska det åt Eder med den erforderliga kraften.“ Betänk det: „allt“. Försök blott; försök allvarligt, Ni måste lyckas, ty det är grundadt på den mäktiga lagen.

Vår nästa lektion skall sysselsätta sig med karaktärens utbildning; jag skall visa Eder sanningen af ordspråket: „Såsom människan tänker inom sig, sådan är hon.“

XII LEKTIONEN.

Karaktärens uppfostran genom andlig kontroll.

Människan kan blifva, hvad hon vill. — Pånyttfödelsen är ingen tom dröm. — En lefvande sanning. — Starka anlag blifva förstärkta, svaga förkofrade. — Den nye „återställaren". — Det andliga behärskandets lag. — Den nya stigen genom skogarna. — Att omarbeta sig själf. — Att öfvergifva gamla tänkesätt och skaffa sig nya, — De fyra stora metoderna. — Viljekraft. — Hypnotisk suggestion. — Autosuggestion. — Tankeabsorption. — Ideal behandling. — Fullständig undervisning i alla fyra metodernas teori, hvarvid deras för- och nackdelar uppräknas och hvarje särskildt åskådliggöres. — Huru kan man tillägna sig en önskad själsegenskap? — Praktisk öfning i tankeabsorption. — Praktiska öfningar och handledningar. — Öfningarna 1 till 6. — Ni är Eder egen herre. — Gör af Eder, hvad Ni vill.

En uppmärksam läsare af föregående lektioner med deras olika redogörelser kunde högst sannolikt säga till sig själf: „Nå ja, det är ju allt mycket riktigt, och jag kunde kanske uppnå dessa resultat, om jag blott hade de nödvändiga själs- och karaktärsegenskaperna".

Synbarligen ligger för de flesta det största hindret i denna klagan. Människorna veta mycket väl, hvad som är nödvändigt för framgång; men emedan de icke äga just den framgångsrike mannens karaktäristiska egenskaper, tro de, att priset icke kan uppnås af dem. Det finnes intet större misstag på jorden än denna falska förutsättning, detta slags tankar af fruktan, denna brist på kännedom om makten af „jag är".

Människan kan genom viljestyrka utbilda sin själ, så att hon kan göra af sig, hvad helst hon vill. Utan tvifvel kanhon omarbeta sig själf. En människa är just det hon

föreställer sig att vara. Detta är ett djärft pastående, men det är fullkomligt sant, och vi hafva hundratals exempel därpå i hvarje Nordamerikas stad. Hundratals människor kunna bekräfta riktigheten af detta påstående, och andra hundrade äro på god väg därtill. Pånyttfödelse är ingen tom dröm. Det är en lefvande sanning. Ni skall inse, hvad därmed menas, om Ni blott tänker på, att hvarje orsak har en verkan och omvändt hvarje verkan sin orsak.

Framgång i affärer måste återföras till vissa egenskaper hos själen, karaktären och temperamentet. Af dessa tre är den förstnämnda den enda verkligt förhandenvarande, under det att de båda andra endast äro att anses som följder af densamma. De, som redan ega de gifna egenskaperna, skola hafva den önskade framgången; de, som sakna dessa egenskaper, uppnå intet resultat. Om Ni en gång kommit till insikt om, att dessa egenskaper stå till Edert förfogande, att Ni till en del själf kan skaffa dem åt Eder, skall Ni genast märka, hvilka underbara möjligheter öppna sig för Eder. Förvärfvandet af dessa egenskaper är nyckeln till hela sakläget.

Ni vet redan, hvilka nödvändiga egenskaper här afses: Energi, ärelystnad, bestämdhet, mod, förtroende, uthållighet, tålamod, försiktighet och ännu en hel mängd andra.

Alla människor ega många af dessa egenskaper men måste undvara andra. Somliga äro starkare utrustade med en och svagare med en annan. Hvar och en är instinktivt medveten om, hvilka han saknar. Han medgifver det kanske icke hvarken åt sina vänner eller ens åt sin hustru, men djupt i hans inre hvilar medvetandet om sanningen. Om han kunde förvärfva sig de felande egenskaperna blott genom att önska så visste han nog, hvad han skulle begära. Därom kan intet tvifvel råda. Men honom felas förtroende och uthållighet till

att förvärfva sig det han måste veta. Men han vill icke göra sig denna möda. Skulle plötsligt en stor lärd förkunna världen, att han upptäckt en utmärkt kemisk blandning, eller ett nytt serum, som uppfriskar de slumrande själsegenskaperna och skänker honom förmånen att blifva stark i de egenskaper man förut varit svag uti, så skulle det säkert uppstå en oerhördt stor rusning till förvärfvandet af denna nya „pånyttfödare". Tusenden skulle behöfva densamma, och hvar och en vore i stånd att noggrant nämna, hvilket slags serum vore nyttigt för honom. Han skulle icke behöfva någon doktor för att uppställa diagnosen eller låta skrifva åt sig ett recept. Hvarje enskild person vore i stånd att, hvad honom själf beträffar, angifva diagnosen och beställa det för symptomerna bestämda serumet. En skulle skaffa sig ett tredubbelt extrakt för energi, en annan märket „Blif därvid", en tredje en liten flaska med den förtroendeväckande etiketten „Jag kan" o. s. v. De skulle alla veta, hvad de skulle önska sig, hvilket slag serum, som vore bäst; de skulle känna sig i stånd att i enlighet härmed omskapa sin karaktär och på så sätt uppnå framgång.

Men nu finnes det icke något sådandt serum, intet sådant läkemedel, som skulle framkalla detta resultat. Och aldrig kommer det att finnas ett sådant medel. Men det önskade målet kan uppnås genom det förfaringssätt, som den andliga kontrollens lag lär oss.

Jag kan endast framställa för Eder en allmänt hållen tankegång om denna stora lags verkningar, men om Ni gifver noga akt, skall Ni fatta principen och snart finna, hvad som är Eder till nytta.

Det första, som Ni måste inprägla i Edert medvetande, är, att vi vanligen, hvad såväl kropp som själ beträffar, äro foster af våra vanor. Våra egendomligheter äro i det stora hela endast resultaten af våra tankevanor. Vi hafva kanske ärft impulser, som underlätta för oss

antagandet af vissa vanor, medan det kan falla sig svårt för andra; och vi stöta därför blott på ringa motstånd; med karaktären uppstår egentligen endast som en följd af vissa antagna vanor. Vi följa hellre väl upptrampade själstigar, än vi bana oss nya vägar genom en tät skog, till och med, då vi väl veta, att den nya stigen skulle bjuda oss större fördelar, och att vi lika lätt kunde gå på den som på den gamla, blott den en gång är banad. Vi veta allt detta. Det är en gammal historia. Nå väl, hvarför börja vi då icke genast bana den nya vägen? Helt enkelt därför, att „det förorsakar oss stort besvär“. Oss fattas viljestrycka, det bestämda beslutet och uthålligheten för verket. Jag medgifver, att det icke är något lätt arbete, men betänk blott, hvilken lön som väntar Eder.

Dessa saker äro självfallet „gamla historier“ för Eder, men jag måste ännu meddela Eder något annat om detta ämne och tror icke, att också det skall vara föråldradt. Jag föreslår att gifva Eder till skänks en arbete besparande „banbrytare“, som inom utomordentligt kort tid bortskaffar småskogen och allt öfverflödigt och tager mycket mindre arbete i anspråk än de tidigare använda mödosamma vägbyggnadssätten.

Denna nya metod är mycket enkel, utomordentligt verksam och gör Eder i stånd att „omarbeta Eder själf“, utan att det, som vid de förr använda metoderna, vore nödvändigt att nedrifva det bestående. Jag skall med få ord förklara för Eder detta nya sätt.

Såsom jag redan förut sagt, spela två olika funktioner eller arter af ansträngning en roll i vårt själslif: den aktiva och passiva funktionen. Den förra ombesörjer det medvetna, ursprungliga tänkandet, under det att den senare endast gör, hvad den aktiva (eller andra) befaller. Den passiva funktionen är firmans lätt handterliga kompanjon, med hvilken jag gjort Eder bekant i en föregående lektion. Det är denna del af hjärnan, som hyp-

notisterna bearbeta, sedan det lyckats dem att insöfva den aktiva funktionen, d. v. s. den svåre kompanjonen. Den passiva funktionen, ehuru i visst afseende den mindre begåfvade, behärskar oss faktiskt, om vi icke veta, huru den skall behandlas. Det är den af vana arbetande funktionen, funktionen af det eviga ett och det samma, om hvars existens vi alla äro medvetna. Denna funktion är lätt att påverka, men är icke desto mindre konseskvent i sitt arbete. Säger man honom en sak upprepade gånger, t. ex. något, som man vill, att han skall tro, skall han slutligen antaga den nya tanken och blifva lika konsekvent vid utförandet af densamma, som han var förut. Men däri ligger just hemligheten att aflägga tankevanorna, sysselsättning, stämning och karaktär. Suggestionen, på grund af hvilken den passiva funktionen verkar, må härröra från Edert egna aktiva förstånd eller komma från en främmande hjärna. Detta är förklaringen till uppkomsten af en vana, den må sedan vara god eller dålig.

Om Ni vill aflägga gamla tankevanor och ersätta dem genom nya tänkesätt, kan Ni göra det på en eller flere vägar. Man kan framkalla ett resultat genom absolut oblandad viljestyrka eller begagna sig af en erfaren och därtill lämplig opereratörs suggestion; eller ännu ett sätt är den redan kända autosuggestionen, som från Eder aktive delägare tillföres den passive; och en fjärde metod är den, som jag vill kalla „tanke-absorption“.

Att aflägga tankevanor genom absolut, oblandad viljekraft är ett ytterst svårt arbete, det veta vi allt för väl, ty vi hafva redan alla pröfvat det. Det är en metod, som endast mycket starka naturer kunna framgångsfullt använda, under det att svagare karaktärer svika och duka under för ansträngningarna, i det de dessutom ännu äro prisgifna åt modlöshet och förtviflan. Vi skola uppnå detta resultat först genom „stärkandet af viljan“ eller rättare sagdt genom stärkandet af hjärnans aktiva funktion medels viljan, så att vi helt enkelt sätta denna funk-

tion i stånd att öfvertaga öfverbefälet och befalla den passiva funktionen att aflägga de gamla tankevanorna och insätta nya i deras ställe. Detta är en storartad prestation, men ofantligt svår att utföra. Samma mål kan uppnås på ett lättare sätt. Själfva vanan att göra den passiva funktionen fogligare stämd mot den aktivas befallningar kan på ett bekvämare sätt framkallas genom de i denna lektion beskrifna metoderna. Det andra sättet att företaga omväxlingen af tankevanor medels hypnotisk suggestion har redan med förtäfflig framgång satts i verket af mången, alltid förutsatt, att operatören verkligen varit den därtill lämpliga personen, helt och hållet förstått sin konst och varit fullkomligt förtrogen med de allra nyaste, metoderna att utrota dåliga tankevanor. Här vore det väl på sin plats att anbefalla åt den, som vill underkasta sig denna behandling, den störsto försiktighet vid valet af operatör. Ingen borde anförtro sig åt en man, om hvilken man blott i förbigående hört, att han kan suggerera; det faller väl ingen människa in att utnämna en man till bankkassör endast för att han är inne i bokföring och snabbt kan räkna pengar.

Den tredje metoden, som består uti att framkalla ett resultat genom autosuggestion, är god, i synnerhet om den åtföljes af tankeabsorption. Vid autosuggestion är det, såsom kändt, endast nödvändigt att om och om igen upprepa för det passiva förståndet, att den nya vanan existerar (om den gamla talar man icke mer), hvarpå den passiva funktionen, om den också i början är litet motspänstig, slutligen dock godkänner som sanning, hvad den aktiva förehåller den. Den antager den nya tankevanan som sitt eget tänkesätt, såsom det under samma omständigheter ofta brukar gå med människor. Autosuggestion är egentligen ingenting annat än själfhypnotism mellan förståndets passiva och aktiva delegare. Den hör till fallet: „Hvarje människa är sin egen hypnotisör.“

Den fjärde metoden, hvilken vi kalla tankeabsorption, består uti, att Ni först försätter Eder i ett fullkomligt passivt tillstånd och med hjärnan intensivt fixerar den nya tanken eller det andliga påståendet, att den nya vanan är förhanden. Härvid måste man medels en ansträngning af inbillningskraften föreställa sig en ny människa, hvilken besitter de önskade egenskaperna. Ni borde fortgående föra med Eder denna tanke, i det Ni hängifver Eder åt föreställningen, att Ni redan innehar den önskade vanan, och i synnerhet hvarje fritt ögonblick, både dag och natt på allt sätt främja denna tro. Det är endast att betraktas som en verksamhet af den passiva af inbillningskraften understödda funktionen. Efter hvad det synes, vore detta mycket enkelt, men de därmed uppnådda resultaten gränsa nästan till underverk. För att ombilda Eder kraraktär är denna metod icke blott den lättaste, utan äfven den framgångsrikaste. Det inbillade blir verklighet inom jämförelsevis kort tid, och verksamheten följer lätt efter tanken.

Jag är af den åsikten, att en kombination af antosuggestion med tankeabsorption erbjuder idealet för behandlingen vid karaktärens utbildning. Med uthållighet utöfvad skall denna behandling uppvisa de vackraste resultat inom jämförelsevis kort tid, och dess verkningar äro förnimbara genast från början. Man får icke, för att den synes så enkel, gå ytligt förbi densamma. Det är en hemlighet, som är värd flere tusen mark, och om Ni blott en gång njutit af dess välgärningar, skall Ni icke vilja förlora den för en hel förmögenhet.

I det följande skall jag gifva Eder en kort förklaring öfver de särskilda öfvannämnda metoderna.

Låtom oss taga som exempel tankevanan af fruktan (eller ångest). Tanken af fruktan är härtill fördeläktigt vald, emedan den tillfogar lifsplikterna mer skada än alla öfriga dåliga tankar tillsammans, och emedan den för med sig en mängd andra försvagande tankevanor, hvilkas

upphofsman den med rätta kan kallas. Då man med roten lyckats upprycka denna förskräckliga tanke af fruktan eller ångest, har man redan gjort ett stort framsteg på vägen mot friheten. Tanken af fruktan har ännu aldrig gjort nytta åt någon och kommer aldrig att göra det, men den är skulden till tusende och åter tusende mäns och kvinnors misslyckande, emedan den förlamar deras energi, hämmar deras framsteg, försvagar deras förstånd och öfverhopar deras kropp med sjukdomar. Vi hafva redan alla känt den, och de få som blifvit fullkomligt fria från den, skulle icke för allt i världen på nytt vilja komma under dess herravälde. För den, som med roten lyckats utrota detta ogräs, är lifvet fullkomligt nytt. Han blir en helt annan varelse. De flesta saker, som vi frukta, skola aldrig inträffa; och de få verkliga kunna modigt afvärjas, om vi få glädja oss öfver den styrka, som saknaden af fruktan och ångest medför. Den energi och lifskraft, som förslösas genom ångesten, är alldeles tillräcklig för bekämpandet af de oss verkligt mötande hindren och besvärligheterna. Hvar och en må minnas berättelsen om den på dödsbädden liggande gamle mannen, som gaf sin son ett godt råd: „Hans“, sade han, „jag har lefvat åttio år och haft många sorger, men de flesta voro alldeles ogrundade.“ Den gamle mannen tillkännagaf härmed endast en erfarenhet, som gjorts af hvarje man och kvinna, som uppnått en hög ålder. Lärdomen häraf är känbar nog.

Jag antager nu, att Ni är ett offer för tanken af fruktan (jag är säkert icke långt från verkligheten) och vill pröfva en metod för att blifva fri från denna tanke. Låt oss förutsätta, att Ni vill försöka metoderna den ena efter den andra.

Först skall Ni profva viljekraften; Ni säger till Eder själf: „Jag vill icke mer frukta“ eller „Jag befaller rädslan att vika ifrån mig“. Det är ett heroiskt motmedel. Denna metod behöfver jag icke detaljeradt tala om. Ni

vet redan allt om den. Hvar och en har redan försökt denna metod.

Därefter pröfvar Ni den hypnotiska suggestionens verkan, hvarvid Ni borde använda en god operatör. Han skall sätta Eder bekvämt i en länstol och låta alla Edra muskler förslappas. Hvarje nerv blir lugnad, och ett tillstånd af fullkomlig andlig hvila inträder; därefter låter han Eder påverkas af starka och upprepade suggestioner af oförskräckthet, mod, förhoppning, förtroende o. s. v. En skicklig suggestionist skall naturligtvis noggrant studera hvarje fall skildt för sig och därefter utvälja sina suggestioner med stor omsorg och afgifva dem på ett lämpligt sätt; han skall slutligen plantera i Edert inre fröet till den nya tankevanan, som skall utttränga den gamla. Genom detta behandlingssätt uppnås mycket goda, utmärkta resultat. Författaren till dessa rader har själf på denna väg kurerat ett stort antal personer från dåliga vanor, så snart de kände sig behöfva främmande hjälp. Samma behandling har han användt för att hjälpa en patient på den rätta, andliga vägen, ingjuta i honom förtroende till sig själf och till den sålunda till åskådlighet bragta formen af andlig utveckling; den i fråga varande fick därpå stifta bekantskap med autosuggestionens och tankeabsorptionens teori och praktik och öfverlämnades därefter vanligtvis åt sig själf för att bringa kuren till ett lyckligt slut.

Nu till autosuggestionen. Härvid skall Ni oupphörligt säga: „Jäg är utan fruktan", „Jag har förtroende", „Jag har tillintetgjort all rädsla", „Jag fruktar intet" o. s. v. Men dessa autosuggestioner måste göras på ett sätt, som ville man suggerera en annan person; Ni måste helt och hållet försöka hängifva Eder åt desamma. Eder passiva funktion måste åstadkomma, att Ni tror, hvad Ni säger, hvarefter denna funktion äfven skall hysa förtroende till Edra ord, och då den finner dem vara riktiga, skall den också handla därefter. Om Ni utöfvar

denna praktik på god tro och med fullt allvar, skall Ni genast från början erfara en förbättring. Ni måste dock komma i håg att, i fall det passiva förståndet kastar en ängslig tanke i Edert medvetande, så ofta upprepa påståendet om Eder oförskräckthet, att inkräktaren försvinner. Till en början skall Ni finna det långtrådigt; ty sorgetanken är tämligen säker på att blifva väl emottagen, men skall som en bitlysten hund snart erfara, att Ni har med Eder en klubba för dess räkning. Vid blotta anblicken däraf skall den snabbt draga sig tillbaka. Ni skall hålla i minnet jämförelsen med hunden och klubban, så har Ni mindre obehagligheter med karlen. Ni kommer att förakta sorgtanken lika väl som en morrande, bitlysten hund och icke tveka att med Edert andliga vapen gifva den ett ordentligt kok stryk, om den dröjer så länge, att Ni har tid att slå till. Den skall skyndsammast laga sig i väg med svansen mellan benen och visa en hälsosam fruktan för klubban. Vänta ej, tills den verkligen besvärar Eder, utan grip genast efter vapnet, då Ni blir varse en gul päls.

Och nu är Ni beredd att försöka verkningarna af tankeabsorptionen. I så fall försätter Ni Eder i det för suggestioner mottagliga tillståndet, alldeles såsom Ni gjorde det för operatören, då han ville suggerera Eder. Ju passivare Ni därvid är, dess större kommer verkningen att vara. Med andra ord, Ni låter Eder helt och hållet förslappas och blir med afseende å kropp och själ fullkomligt passiv. På detta sätt blir den aktiva anden fri från sina skyldigheter, och den passiva öfvertager allena och obestridligt herraväldet. Då skall Ni lugnt och fast förehålla Eder tankarna „Jag är utan fruktan„ o. a. I Eder inbillning målar Ni åt Eder en bild, hvari Ni framställes utan fruktan, handlar oförfäradt, eger moraliskt och fysiskt mod och jagar sorgutskottet ifrån Eder med klubban. Lämna Eder inbillningskraft fritt spelrum, men håll den alltid inom de önskade gränserna.

Här komma öfningarna i koncentrering att visa sig mycket fördelaktiga för Eder. Ni måste alltid bära hos Eder tanken af oförskräckthet och sträfva efter att spela rollen mycket naturligt. Utför Eder roll alldeles såsom en skådespelare gör det, då han öfvertager sin. Den antagna karaktären blir verklig, och med tiden skall den blifva „verklighet inom Eder. Redan efter någon praktisk öfning blir den Eder andra natur, och slutligen skall den antagna karaktären blifva Eder verkliga.

Såsom jag redan tidigare sagt, utgör kombinationen af tankeabsorption med autosuggestion idealet för behandlingen vid karaktärsutbildningen. Jag vill sluta denna lektion med några öfningar, som beträffande tankeabsorpationen hjälpsamt skola gå Eder till handa. Glöm ej att gå igenom koncentrerings-öfningarna, men vänta icke därmed, tills Ni begynt kampen mot tanken af fruktan. Denna kamp borde Ni genast börja. Gör redan i dag Eder klubba i ordning och lägg Eder på lur mot odjuret. Om det en gång är röjdt ur vägen, skall Ni kunna fortsätta studiet af detta ämne, utan att alltid hafva spöket af dess närvaro, dess tjut och skall för ögonen.

Behandlingen till följd af bristande energi, saknadt förtroende och behofvet af uthållighet o. s. v. är identisk med behandligen af tanken på fruktan, dock ändras visserligen orden i autosuggestionen och påståendena, så att de städse lämpa sig efter det i fråga varande fallet.

Öfningen i tankeabsorption.

1. Man uppsöker en säker, lugn plats, som så vidt möjligt är aflägsen från hvardagslifvet och bullret från den yttre världen. Skulle det icke vara möjligt att finna ideala förhållanden, måste man nöja sig med de bästa förhandenvarande villkoren. Hufvudsaken är att

undanrödja alla lätt förströende intryck och göra den fråga varande i stånd att blifva alldeles allena.

2. Lägg Eder på en soffa, en bädd eller en fåtölj, så att alla muskler slappas; alla nervspänningar måste upphöra; Ni själf blir som förlamad i hela kroppen från hufvud till fot. Hämta andan långsamt och djupt och håll den tillbaka några sekunder, innan Ni åter andas ut; sedan fortsätter Ni den djupa andhämtningen, tills en känsla af det största lugn gör sig gällande.

3. Samla Eder hela uppmärksamhet och uteslut därvid alla yttre intryck. Öfningen att koncentrera skall möjliggöra detta för Eder.

4. Sedan Ni på dettå sätt framkallat de behöfliga förutsättningarna för så väl den kroppsliga som andliga förslappningen, fixerar Ni Edra tanker stadigt, lugnt och ihållande på ordet oförskräckt, såsom man trycker en stämpel i vaxet. Hängif Eder helt och hållet åt tanken och ordet. Sedan tänker Ni på ordets betydelse och på en oförfärad persons särskilda kännetecken o. s. v.

5. Forma åt Eder en andlig bild af Eder själf, som om Ni redan sutte inne med egenskapen af oförskräckthet. Spela i andanom denna roll såsom i en dröm; föreställ Eder Eder personlighet, som om Ni komme att göra vissa saker, emedan Ni redan eger denna egenskap; betrakta Eder med afseende å andra män och kvinnor, som om Ni redan innehade denna egenskap. Kort sagdt, invagga Eder i en munter „dröm om dagen“, hvari naturligtvis ägandet af den önskade egenskapen spelar hufvudrolen. Lämna Eder inbillningskraft fria tyglar och framhärda uti att icke vika ifrån Eder föresats och att alltid veta Eder vara framgångsfull vid användningen af oförskräcktheten i drömmens alla stadier. Slutet på drömmen må städse vara den verkningsfulla tanken på „Jag är“. Det skall gifva Eder ännu mer kraft och förtroende. I själfva verket år det ännu bättre att låta den

önskade egenskapen härska i Eder själ omvexlande med idén och erkännandet af „Jag är".

6. Upprepa dessa öfningar så ofta som möjligt. De kunna förliknas vid droppen, som slutligen urholkar stenen. Den ofta upprepade tanken slår rot och växer mycket snabbt. Att rekommendera äro upprepade öfningar före man går till sängs och äfven vid uppvaknandet under natten. Öfningen hindrar Eder icke från sömn, den stärker tvärtom Eder önskan att sofva. Om Ni känner Eder sömnig och slumrar in litet, skall Ni icke visa något motstånd, ty intrycket, som Ni tager med Eder i sömnen, dröjer kvar i Eder och arbetar vidare, till och med då Ni ännu sofver.

I de just beskrifna öfningarna har jag användt ordet „oförskräckt" och därmed följande tankar endast för att skildra förfaringssättet vid tankeabsorptionen. Det är naturligtvis självklart, att härvid får användas det ord, som betecknar den önskade egenskapen. Men vill Ni frigöra Eder från en egenskap, som icke synes Eder önskvärd, måste Ni välja det ord, som motsvarar den motsatta tanken. Skulle Ni t. ex. vara böjd för slapphet, väljer Ni ordet „verksam" eller „energisk" eller dylikt. Om vi vilja göra ett rum vänligare eller ljusare, behöfva vi icke först drifva ut mörkret; vi draga helt enkelt förhängena åt sidan och släppa in ljuset, och mörkret försvinner af sig själf. Öfverhufvudtaget skall Ni icke plåga Eder med tankar, som icke äro önskvärda, utan koncentrera Eder vilja på de motsatta, ty den positiva tanken uttränger alltid den negativa. I intet fall får Ni låta det göra Eder modfälld, att resultatet icke visar sig så fort, som Ni önskar. Tänk blott på, att resultatet säkert uppnås, men därtill behöfves tid. Upprepad öfning är framför allt af nöden. Själen kan utvecklas alldeles på samma sätt som musklerna, nämligen genom ihållande öfning.

Det har redan blifvit Eder sagdt, på hvilket sätt Ni kan förbättra eller utplåna Edra fel. Om Ni icke betjänar Eder af det erbjudna medlet, så sker det endast för att Ni saknar vilja därtill. Är önskan i Edert inre tillräckligt stark, skall Ni nog gripa verket an. I motsatt fall kan jag icke hjälpa Eder. Om Ni föredrager att sälja Eder ärorika förstfödslorätt till andlig kontroll för det unvarande öfverseendets ärtsoppa, så är det Eder sak. Ni kan göra af Eder, hvad Ni vill.

XIII LEKTIONEN.

Konsten att koncentrera.

Definition af benämningen. — Exoterisk och esoterisk betydelse. — En värdefull färdighet. — Tanken kombinerad med handling. — Medveten koncentrering. — Huru komma därhän? — Fördelar af koncentreringen. — Medlet att kunna arbeta bäst. — Att inbärga arbetets hela resultat. — Botandet af modfäldhet. — Arbeta för Eder egen välfärd. — Ni är ingen mänsklig tvättlapp. — Företag Eder något. — Icke „gå och drifva". — Arbetet är befriadt från Eder förskräckelse. — Kur för „dagdrifvarena". — Ett medel mot modlöshet. — Koncentreringen är intet lätt dagsverk. — Ett enkelt experiment. — Fördelar af koncentreringen. — Inga onödiga ansträngningar mer, ingen förlorad möda. — Att fängsla uppmärksamheten. — Att fängsla tanken. — Ett värdefullt medel mot andlig och kroppslig utmattning. — Upplysning. — Hvad som är nödvändigt för koncentreringen

I det vanliga samtalsspråket användes ordet „kon centrering" ofta i betydelsen „sammanföra" eller „förminskning af volymen, men ökning af styrkan" eller också „förtätning". För att utesluta hvarje missförstånd har jag vid ordet „koncentrering" haft följande definition för ögonen, det må sedan vara fråga om „sträfvandet till en gemensam medelpunkt" eller „föreningen i brännpunkten". Behåll därför i minnet analysen (tydningen) af ordet „concentre", som betyder „till medelpunkten".

Ordet „concentre" har en exoterisk eller vanlig och en esoterisk eller lånad betydelse, då vi använda det i förering med öfningarna af de andliga krafterna. Den exoteriska betydelsen består uti att koncentrera hjärnan på en särskild tanke eller en speciell handling, hvarvid alla utomstående tankar och intryck undvikas. Däremot betyder koncentrering af hjärnan i esoterisk bemärkelse,

att detsamma är riktadt på Ego, på „Jag är“, hvarvid alla tankar, som hänföra sig till kroppen eller hela „jaget“ uteslutas, samtidigt, som själen förblifver i de högre regionerna. Det förstnämnda slaget af koncentrering är ytterst värdefullt för det hvardagliga lifvet, medan det andra slaget är en mycket önskvärd färdighet för dem, som vilja veta något mer om sitt verkliga jag och längta efter att erfara något om de förborgade hemligheterna. I föreliggande lektion skall jag uteslutande sysselsätta mig med den praktiska sidan af koncentreringen, då ju detta är ändamålet med min bok. Likväl har jag redan gifvit läsaren några vinkar om den esoteriska fasen, att han må kunna rätta sig därefter, om han en gång råkar i denna belägenhet.

Konsten att kunna koncentrera sin vilja på en bestämd tanke eller en bestämd handling är en af de önskvärdaste färdigheter. Vi hafva redan hört, hvilken fördel, som ligger uti „att utföra något med hela vår kraft“ och uti „att göra en sak allena, men bra“ etc. Vi kunna alla berätta historien om målaren, som tillskref den omständigheten sitt utmärkta verk, att „han blandat litet af sin hjärna i färgerna“, och om bärgsmannen, som berättade, att „han strukit helt litet af sin hjärna på hackan.“

Vi veta mycket väl, att till och med det allra enklaste arbete blir bättre utfördt, om handlingen kombineras med koncentrerade tankar. Arbetarena indelas i grupper, allt efter som mer eller mindre koncentreradt tänkande användes till arbetena. En man, som „har intresse för sitt arbete“ och finner en intellektuell tillfredsställelse i det dagliga utförandet däraf, förrättar icke blott sitt arbete mycket bättre, utan är äfven en mycket lyckligare människa. Den som oupphörligt ser på klockan och kanske lämnar sitt arbete ofulländadt med klockslaget, är som en maskin och har så godt som intet värde, så framt han icke i grund ändrar sina åsikter be-

träffande sitt arbetssätt. På en man, som „kan tänka med händerna“ eller föra att „budskap till Garcia“ är efterfrågan stor. Han är en sällsynthet, och många arbetsgifvare söka honom. När skall vår ungdom lära sig erkänna detta faktum?

Men nu frågar Ni: „Hvad i Herrans namn har detta med koncentrering att göra?“ Nå väl det skall jag säga Eder: Intresset och hjärnan, som mannen tager i anspråk vid sitt arbete, äro ingenting annat än resultatet af en öfning i volitional koncentrering. Den som i sitt dagliga lif utöfvar en praktisk koncentrering, utesluter härvid alla yttre störande inflytelser och gifver sin bästa tankekraft åt det framför honom liggande dagsverket, och på denna grund är hans arbete bättre än en annans, som åsidosätter koncentreringen; den i fråga varande arbetaren må sedan vara daglönare, byggmästare, skrifvare, köpman, poet, målare, eller bankir. Hvarje människa, som „blifvit något“, har mer eller mindre utvecklat konsten att koncentrera. Han är kanske icke medveten därom, det är detsamma; men han har gjort det. Och man kan gå ännu längre och säga: „Den människa, som förkofrar sig konsten att koncentrera, skall uppnå sitt mål.“ Försök och var öfvertygad därom! För öfrigt kan Ni själf iakttaga det, resultatet kommer af sig självt. Om Ni koncentrerar Eder hjärna på ett föremål och fasthåller tanken därpå, är Ni till och med tvungen att utföra Edert bästa arbete, och om Ni gör Edert bästa, skall lönen icke uteblifva; förutsatt, att Ni eger det människoförstånd, som kom till världen med Eder, och icke tilläfventyrs blifvit försatt i tron, att Ni är en mask i stoftet eller en mänsklig tvättlapp. Så snart Ni utför Edert bästa arbete, finner Ni äfven förfrågan och köpare för Edra tjänster; skulle Eder nuvarande arbetsgifvare icke uppskatta det, finnes det många andra, som göra det. Men självfallet måste Ni också verkligen utföra Edert arbete. Ingen människa är så narraktig, att

hon betalar för något, som Ni i verkligheten icke gjort. O nej. Det skulle säkert icke hafva lyckats honom att blifva Eder abetsgifvare, om han ville handla på det sättet. Och sedan, när Ni gör Edert bästa, skall han säkert icke låta Eder gå och vara hans konkurrenter till nytta, och Ni åter skall efter bästa förmåga fördjupa Eder i arbetet och koncentrera Edra tankar på detsamma. Blir Ni modfälld genom ett skenbart misslyckande i Edert yrke, så behöfver Ni endast lära och öfva Eder att koncentrera. Spotta i händerna, tag en ny ansats, litet mer energisk och grip sedan verket an; Arbeta af alla krafter! Om Ni blott tillräckligt kraftigt drager i repet, skall Ni säkert finna något godt i andra ändan däraf. Förslösa icke tiden med att klaga öfver „kapitalismens förtryck“ eller dylikt. Blir Ni en man af koncentrering, tillfaller Eder kapitalet af sig självt, Edra tjänster tagas nämligen i anspråk, och Edra varor blifva köpta. Kan Ni icke inse detta? Säkerligen! Men då skall Ni också upphöra med att gå „som katten kring het gröt“, hugg i och arbeta på fullt allvar. Om Ni hittills tillbakavisat medlet för finansiell välgång, hvarför ännu stå sysslolös och hela sitt lif förblifva en tvättlapp? Ingen bekymrar sig om Eder. Är en människa för lat att rädda sig själf, så låt honom löpa, det är rätt åt honom, om han går under. Många af dessa sällar borde hafva bakom sig en med en god käpp försedd duktig man med uppdrag att gifva ett kok stryk åt hvar och en, som känner sig nedtryckt af arbetet och hängifver sig åt andlig sysslolöshet. Sluten upp att gapa, och gån till arbetet! Hvad tjänar drömmandet till, hvarmed Ni förspiller Edert lif, hvad tänkandet, huru Ni på äldre dagar kan gå sysslolösa ikring? Och ändå veten I, att Ni håller Eder självfva till narrar. I naturen är allting stadt i rörelse, och vår Herre har hvar dag mycket att göra. Jag är säker på, att när Ni en gång simmar öfver och kommer till andra stranden, Ni där skall finna en tafla med stora

bokstäfver: „Intet flanerande tillåtet!“ Är Ni intresserad af Edert arbete, tager Ni ifrån det dess skräck och tyngd. Börja blott på och arbeta till ditt eget bästa ut dig ur armodet och olyckan. Gör det och genast.

Den man, som är i stånd att andligt koncentrera sig, har på hand ett säkert medel mot „dagdrifvare“. Huru så? Hvarför? Helt enkelt, i det han utesluter de frånstötande tankarna och koncentrerar sin hjärna på en skön bild. Men Ni får icke påstå, att det är omöjligt. Ni kan lätt göra det, om Ni en gång förstår konstgreppet. Tusenden hafva erkänt denna metod som ett briljant medel att skydda sig mot öfverdrifter, modfäldhet, sorger och ångestkänslor. Försök det blott, och Edert lif skall framträda i ett helt annat ljus. Försök det blott, och Ni skall känna Eder så väl till mods, att Ni knappast brydde Eder om att önska, det Ni finge kalla presidenten för Eder kusin. Ni skall känna Eder upphöjd och taga allt på ett annat sätt; Ni skall tacka Gud för, att Ni får lefva på denna jord och aldrig mer fälla det bekanta yttrandet: „Ack, om jag aldrig blifvit född!“ Och är det ej värdt ett försök? Ni kommer att arbeta bättre, må bättre och vara en bättre människa.

Ni hyser kan hända i Edert inre en tanke att veta något om koncentrering. Nå väl, kanske är det så. Låt oss se! Tag en blyertspenna och försök hvässa den riktigt väl. Gif Eder tid därvid och gör saken bra. Försök nu, om Ni kan koncentrera Edra tankar på formerandet af blyertspennan och därvid utesluta alla andra tankar; gör ett försök och rikta Eder bästa handlingskraft och alla Edra tankar uteslutande på nämnda arbete. För ögonblicket sträfvar Ni blott efter att gifva åt blyertspennan en spets af första rangen. Nå väl, huru har det gått? Det var ett ganska svårt arbete, icke sant? Nå ja, jag tror också, att Ni måste öfva Eder litet, unge man. Gå ännu en gång igenom de i denna bok uppställda öfningarna, tills Ni känner Eder i stånd

att göra allt själf, utan att någonsin vända tankarna ifrån det. Hvar och en kan oafbrutet länka sina tankar på en angenäm sak, men försök det en gång med ett oangenämt, monotont arbete; då skall Ni finna, att tankarna trots all ansträgning gärna och lätt vika därifrån, men blott så länge Ni icke genom ansträngd viljekraft fullkomligt lärt Eder konsten att koncentrera. Profvet består i förmågan att koncentrera sina tankar på ett oangenämt, pa intet sätt tilldragande, monotont verk, det afgör saken. Om denna möda en gång är öfverstånden, skall Ni erfara, att ryggraden är bruten af alla onödiga ansträngningar och öfverflödig rörelse. Genom koncentreringen skall Ni blifva i stånd att göra Eder uppmärksamhet till brännpunkt, att fixera densamma, rikta Edra tankar och Eder handlingskraft på ett bestämdt föremål och så uppnå de bästa resultat. Om solstrålarna medels ett solglas samlas i en punkt, alstra de, som bekant, en mycket stark värme. Och detsamma är fallet med Eder uppmärksamhet. Låt den svärma omkring, och Ni skall hafva endast medelmåttig framgång; men samlar Ni densamma i en brännpunkt, så står snart den största energi Eder till buds. En man, som koncentrerar sin uppmärksamhet, sin tankekraft på ett föremål, skall bringa det därhän, att alla hans handlingar, frivilliga och ofrivilliga, trängas i riktning mot det uppställda målet. Såsom förut redan sagts, kan människan åstadkomma allt, blott hennes vilja är tillräckligt stark. Om hennes handlingskraft samlas på ett föremål såsom i en brännpunkt, och allt annat uteslutes, skall den sålunda alstrade och samlade kraften frambringa det önskade resultatet.

Den praktiska användningen af all dessa framställningar är: „Hvad du än må göra, gör det med hela din kraft — gör det på ett allvarligt sätt.“ Blott en sak i gången, men den fullständigt.

För att få de bästa resultaten af tankarnas makt, sådan densamma beskrefs i föregående lektioner, borde Ni göra Eder förtrogen med koncentreringskonsten. I det Ni samlar Edra tankar i en brännpunkt, stärker Ni deras makt, såsom Ni efter någon eftertanke skall finna. De ofvan framställda öfningarna borde alltid vara förenade med koncentreringsförsök. Det är sant, att dessa öfningar äro mer ell mindre långtrådiga och monotona, men man borde ändå utföra dem till slut. Edra koncentreringskrafter skola då på ett i ögonen fallande sätt tillväxa, något som för öfrigt kan iakttagas genast från början.

Förrän Ni påbörjar öfningarna, ville jag ännu beröra en sak, nämligen framlägga för Eder fördelarna af koncentreringen såsom medel för andlig nch kroppslig hvila. Skulle genom öfningarna intet annat resultat uppnås än denna hvila, så skulle det redan vara mödan värdt att förvärfva densamma. Låtom oss antaga, att Ni känner Eder fullkomligt utmattad efter ett kropps- eller själsarbete och på allvar längtar efter hvila. Då Ni lägger Eder ned, skall tanken, som upptagit Eder själ, återvända för att förfölja Eder och därigenom hindra Eder att finna den efterlängtade hvilan. Nu gäller som bekant regeln, att enligt teorin tankarna sätta i verksamhet en viss grupp af hjärnceller, men att de öfriga grupperna under tiden njuta fullkomlig hvila. Om detta är sant, är väl i det fall, att en grupp hjärnceller vore öfveransträngd genom öfvermåttliga öfningar, ingenting enklare än att fördjupa och koncentrera sina tankar i ett alldeles olika ämne och härvid helt och hållet lämna ur spelet de redan i anspråk tagna hjärncellerna och på detta sätt unna dem hvila, om de också till föld af stor upphetsning allt ännu fortfara att svänga. I det Ni koncentrera Eder hjärna på den nya tanken, blifva de förut i anspråk tagna cellerna skonade och vinna, hvad de behöfva, nämligen hvila. Veterligen hungra dessa celler formligen efter arbete

och skola kanske äfven försöka att Eder till trots återvända till sitt arbete; men har Ni en gång gjort framsteg i koncentreringskonsten, skall Ni snart med framgång kunna behärska dessa celler. Helt säkert minns Ni ännu, att Ni, då Eder hjärna känt sig öfveransträngd af för mycket arbete, tagit en treflig liten novell i handen, läst den med stort nöje och därigenom, såsom man brukar säga, kommit på andra tankar. Edra trötta hjärnceller voro lugnade för en tid, och när Ni slutat, kände Ni Eder uppfriskad och som på nytt född, ehuru läsandet af novellen i sig ingalunda erfordrade så synnerligen lätt själsarbete. Detta är teorin. Men omsätter Ni nu denna i praktiken, skall det säkert icke mer förefinnas någon orsak till klagan öfver andlig ansträngning. Ni har vunnit färdigheten att efter behag afbryta, upptaga och vexla tankar, om Ni anser det nödvändigt.

I det följande skall jag angifva för Eder några öfningar, hvarigenom Ni kan vidare utbilda i Eder makten att koncentrera. Förrän jag lämnar detta ämne, ville jag ännu en gång påminna om, att koncentreringens förnämsta grundsats består uti „att samla uppmärksamheten på en bestämd tanke eller handling såsom i en brännpunkt“. Hvarje öfning, som har till mål att förstärka färdigheten att genom medvetet aflägsnande skjuta åt sidan de icke nödvändiga eller icke viktiga tankarna, skall städse vara af stort värde; de här upptagna öfningarna skola endast tjäna till vägledning att efter eget förgodtfinnande uppfinna andra lämpliga öfningar.

XIV LEKTIONEN.

Verkställandet af koncentreringen.

Koncentrerings-öfningar. — Att utesluta yttre intryck. — Att öfvervinna ouppmärksamhet. — Att utbilda viljekraften. — Att göra kroppen till förståndets tjänare och förståndet till viljans tjänare. — Volitional kontroll af muskelrörelserna. — Tillegnandet är icke så lätt. — Stillasittandet. — Öfningar. — Att behärska armens muskler. — Öfningar. — Att göra muskerna istadiga. — Öfningar. — Att utbilda jämnmod och såväl andligt som kroppsligt behag. — Exempel. — Att blifva fri från dåliga vanor i sina rörelser. — Volitional uppmärksamhet. — Öfningar för att utveckla denna. — Direktiv för vidare öfningar. — Koncentrerad uppmärksamhet för utomstående föremål. — Allmän förklaring. — Önskade öfningar.

A. Den första förutsättningen för koncentrering är förmågan att kunna utesluta yttre tankar, toner och åsikter, öfvervinna ouppmärksamheten och förvärfva sig en fullständig kontroll öfver kroppen och förståndet. Kroppen kan direkt behärskas genom förståndet, och detta står under direkt kontroll af viljan. Denna är tillräckligt stark, men förståndet behöfver förstärkning, i det man bringar den under viljans omedelbara inflytande. Det genom viljans impuls förstäkta förståndet blir en utomordentligt mäktig utdelare af tankevibrationer, och vibrationerna själfva vinna i kraft och verkan.

I de följande öfningarna begynna vi med kroppens utbildning till att alltid godvilligt efterkomma förståndets befallningar.

Den första öfningen, som man i förbigående sagdt fullständigt måste tillegna sig, förrän man går öfver till den följande, består i kontrollen af muskelrörelserna.

Vid första anblicken synes den vara mycket enkel, men några experiment skola öfvertyga Eder om, att Ni ännu har mycket att lära. Följande öfningar skola vara välgörande för Eder, för att Ni skall vinna fullständig kontroll öfver Edra muskler.

A.—1. Att sitta stilla. — Det är icke als så lätt som man tror. Det tjänar till att pröfva koncentreringsförmågan och afhålla sig från ofrivilliga muskelrörelser; efter någon öfning skall det snart lyckas att sitta stilla, utan att röra en muskel; man kan utsträcka det ända till 15 minuter, kanske också längre. Ni gör det bäst, om Ni bekvämt sätter Eder i en länstol, låter alla Edra muskler slappas och försöker vara stilla i 5 minuters tid. Med denna öfning fortfar man, tills man med lätt het kan utföra densamma, cch då förlänges tiden till 10 minuter. Så snart Ni blifvit herre öfver denna 10 minuter räckande öfning, försöker Ni med 15 minuter. Det torde ungefär vara den lämpliga tiden. Men Ni borde icke trötta Eder hvarken med denna eller de föregående öfningarna. Bäst är att icke företaga sig allt för mycket. Kom ihåg, att det icke är fråga om en styf hållning, utan att musklerna måste vara fullkomligt slappa. Mycket bra är denna öfning för att fullständigt hvila ut sig efter en stor, kroppslig ansträngning, som för med sig trötthet och matthet. Det är så att säga en idealisk hvilokur, som kan tagas så väl i en bekväm länstol som i bädden eller på något annat läger.

A.—2. Sätt Eder upprätt i en länstol, hufvudet uppåt, hakan framåt, skuldrorna bakåt. Ni höjer nu högra armen i ett horisontalt läge till skuldrornas höjd, visande till höger. Vänd på hufvudet och fixera med blicken Eder hand, under det Ni håller armen utsträckt fullkomligt stilla en minuts tid. Upprepa nu detsamma med den vänstra armen. När Ni kan utföra denna öfning fullkomligt riktigt och lätt, förlänger Ni tiden tifl 2 minuter, sedan till 3 o. s. v., tills Ni kan hålla armen ut-

sfräckt i 5 minuter. Flatsidan af handen borde härvid vändas nedåt; det är lättare att hålla handen så. I det Ni med ögonen fixerar fingerspetsarna kan Ni bedöma, om armen förblir fullkomligt stilla i det angifna läget.

A.—3. Fyll ett vinglas med vatten. Sedan Ni tagit det i handen, sträcker Ni den högra armen rakt framåt. Härvid riktar Ni ögonen på glaset och försöker hålla armen så stilla, att icke en darrning förmärkes. Man börjar med en minuts öfning, förlänger den småningom alltid med en minut, tills man uppnått fem minuter. Detta tages till gräns. Högra och vänstra armen turas om härvid.

A.—4. Försök i Edert dagliga lif undvika muskelansträngningar, då Ni befinner Eder i en bekväm ställning. Försök förvärfva Eder en lätt gång. I stället för ett nervöst, öfverängsligt och ansträngt utseende skulle Ni hellre visa ett otvunget, men likväl lugnt sätt. Själsliga öfningar skola vara Eder behjälpliga vid förvärfvandet af en rätt hållning och ett godt uppträdande. Afvänj Eder från dåliga later; slå icke i bord och stolar för att gifva Edra påståenden eftertryck. Stampa icke med foten i golfvet och dingla icke hit och dit med benen, under det Ni talar eller sitter. Gunga icke i en gungstol, som om Ni arbetade i en trampkvarn för ås och så mycket i timmen. Bit icke på naglarna eller tugga på läpparna eller händerna; rulla icke med tungan, medan Ni studerar eller skrifver. Blinka icke med ögonen; afvänj Eder från knäppandet med fingrarna eller andra kroppsdelar, om det också redan blifvlt Eder andra natur. Det kan Ni helt lätt blifva fri från, om Ni utöfvar koncentrering och använder den lämpliga tanken. Inöfva Edra nerver, så att Ni med likgiltighet och god hållning lär, Eder fördraga plötsligt uppstående buller eller oväsen som förut skulle skrämt Eder, t. ex. igenslåendet af en dörr, nedfallandet af en tjock bok eller något annat föremål o. s. v. Med andra ord sagdt, behärska Eder full-

komligt. De ofvan beskrifna öfningarna skola vara Eder till stor hjälp att göra Eder kropp sådan, som Ni måste hafva den.

B. De föregående öfningarna hafva här blifvit upptagna för att antyda för Eder konsten i ofrivillig behärskning af muskelrörelserna, så att Eder kropp sålunda blir ställd under de frivilliga funktionernas kontroll. De följande däremot hafva till ändamål att göra Eder i stånd att bringa Edra frivilliga muskelrörelser under viljans omedelbara herravälde; eller med andra ord, att vidare utbilda de andliga färdigheter, som förorsaka den medvetna muskelrörelsen.

B.—1. Sätt Eder framför ett bord och lägg händerna med knutna näfvar och räta sidan af handen mot bordskifvan på bordet, i det Ni slår tummen öfver de andra fingrarna. Fäst för en stund blicken på en af de båda näfvarna och sträck sedan långsamt ut tummen, därvid bärande Eder åt, som betraktade Ni den viktigaste företeelse i världen. Sedan sträcker Ni långsamt ut pekfingret, därefter långfingret o. s. v., tills hela handen är öppnad. Så gör Ni tvärtom; Ni sluter först lillfingret och fortsätter med slutandet, tills näfven åter är knuten, och tummen ligger öfver fingrarna. Om Ni börjat med högra handen, byter Ni om och gör alldeles på samma sätt med den vänstra. Upprepa det till en början fem gånger under det Ni sitter; senare gör Ni det tio gånger i stöten.

Denna öfning kommer att trötta Eder; Ni måste emellertid hålla ut, ty den är mycket viktig för Eder, emedan Ni därigenom stålsätter Eder uppmärksamhet, som är riktad på en helt vanlig, monoton handling, och förlänar Eder kontrollen öfver alla Edra muskelrörelser. Ni skall snart förnimma, hvilka välgärningar dessa till åsynen obetydliga öfningar föra med sig. Dock får Ni icke ett ögonblick vända uppmärksamheten från öppnandet och slutandet af händerna; det är ovillkorligen huf-

vudsaken; om Ni vårdslösar denna punkt, är hela öfningen värdelös.

B.—2. Denna öfning är ingenting mer eller mindre än det af bönderna ofta använda gamla skämtet; jag menar vridandet och slingrandet af tummarna om hvarandra. Sätt den ena handens fingrar omvexlande mellan den andra handens, men lämna tummarna fria. Vrid sedan långsamt genom ett slags kretsrörelse den ena tummen omkring den andra; men behåll därvid ovillkorligen ögonen stadigt fästa på tumspetsarna.

B.—3. Sätt högra handen på knäet; håll handen sluten med undantag af pekfingret, som pekar framåt. För sedan långsamt detta finger från ena sidan till den andra, hela tiden hållande ögonen på spetsen.

Sådana öfningar kunna naturligtvis mångfaldigas i oändlighet, hvarvid det står hvar och en fritt att i öfverensstämmelse härmed anstränga sin uppfinningsförmåga för att införa flere öfningar af samma slag. Öfningens hufvudidé består uti att utföra en alldaglig, monoton och bekant muskelrörelse och därvid strängt fästa uppmärksamheten vid den del af kroppen, som är stadd i rörelse. Visserligen kommer uppmärksamheten i början att resa sig däremot och försöka undandraga sig detta slafveri. Men det är just konsten i inöfningen, och man måste framhärda uti att hålla uppmärksamheten vaken från början till slut och icke till äfventyrs låta den afledas till intressanta saker eller vackra scener. Man borde föreställa sig som skolmästare och förlikna sin egen uppmärksamhet vid en leklysten, för skämt böjd liten gosse, som blir trött, så snart han måste se i boken, men oupphörligt kastar sina blickar ut genom förstret, i spegeln eller annanstädes, och är svår att tygla. Det blir just Eder uppgift att fängsla gossen vid boken, då Ni vet, att det är bättre för honom, om han också själf icke ännu kan inse det. Efter en kort tid skall Ni redan märka verkningarna; Ni vinner mer

kontroll öfver Edra muskelrörelser; Ni kan på detta sätt lätt reglera Eder hållning och Edert uppträdande. Äfven uppmärksamheten själf vinner i styrka och intensitet, och koncentreringen i Edert hvardagliga lif skall gestalta sig enklare, allt skall lända Eder till den största nytta.

C. Dessa öfningar skola hjälpa Eder att koncentrera Eder uppmärksamhet på något fast föremål utom Eder kropp. Tag ett ointressant föremål, t. ex. en blyertspenna, rikta i 5 minuters tid Eder hela uppmärksamhet på densamma; vrid den omkring; tänk på dess användning, dess ändamål, materialet, som det är gjort utaf, förfaringssättet till dess tillverkning o. s. v. Tänk på ingenting annat än blyertspennan. Föreställ Eder, att intet annat finnes i världen än Ni själf och blyertspennan. „Blott en värld, men två saker däruti, blyertspennan och jag.“ Låt alldrig Eder uppmärksamhet afvändas från blyertspennan. Äfen här skall Ni finna det besannadt, att Eder uppmärksamhet är ett mycket motspänstigt ting, men låt den icke få öfverhanden öfver Eder. Det tröttar ut uppmärksamheten förfärligt; därför bör Ni låta den vara Eder lydig. Då Ni besegrat den rebelliska uppmärksamheten, har Ni vid Eder fana häftat en seger, som är större, än Ni för närvarande kan uppskatta. Framdeles, då det gäller att egna ett föremål den djupaste uppmärksamhet, skall Ni vara mig tacksam, för att jag lärt Eder denna öfning.

Denna öfning kan dagligen vexla, blott Ni alltid väljer ett litet intresse väckande, obetydligt föremål, på hvilket Ni koncentrerar Eder uppmärksamhet. Välj icke något intressant föremål, ty ett sådant skulle ju icke taga i anspråk någon ansträngning för att fängsla hjärnan. Ni behöfver ett föremål, som så att säga fordrar „arbete“ af uppmärksamheten, för att den skall kunna koncentrera sig. Ju mindre intressant föremålet därför är, desto mer arbete tager det i anspråk, desto bättre lämpar det sig för denna öfning. Det kan visserligen

inträffa, att de ointressanta föremålen snart äro förbrukade, och om Ni fortsätter med koncentreringen af Eder uppmärksamhet, skall denna i sitt självförsvar intressera sig för de föremål Ni redan koncentrerat Edra tankar på. Men om Ni en gång inträdt i detta stadium, behöfver Ni öfverhufvudtaget icke mer mycken öfning, ty Ni är då redan i stånd att länka Eder uppmärksamhet på hvarje föremål, på hvarje människa.

De här beskrifna öfningarna äro tillfredsställande för Edert ändamål, förutsatt, att Ni medels Eder egen uppfinnigsförmåga och intelligens mångfaldigar de särskilda fallen. Ni kan försöka något, som förekommer i det dagliga lifvet. Material skall säkert icke fattas Eder, och det skall numera vara lätt för Eder, då hufvudidén är inpräglad i Edert medvetande.

Då Ni nu inser, hvilka fördelar, som vinnas genom koncentrering, kan Ni gå igenom de föregående lektionernas öfningar under utvecklande af större intelligens. Ni är nu i stånd att bättre använda tanken, få mer energi i suggestionerna och utstöta tankevibrationerna med större kraft. Edra ögonöfningar kunna inträda i ett nytt utvecklingsstadium likasom öfningarna i telepatisk volation o. s. v. Ni skall vara i tillfälle att aflägga dåliga vanor och antaga goda. Kort om godt, genom skicklighet i koncentreringskonsten skall Ni kunna utföra allting mycket bättre än förr. Ni har tillegnat Eder en säker kontroll öfver kroppen och förståndet, och Ni skall nu inse, att Ni är herre öfver Edra böjelser och icke mer deras slaf. Makten, som Ni vunnit öfver Eder själf, skall visa sig uti, att Ni numera kan behärska andra. Den som behärskar sig själf är utan vidare egnad att öfverföra sin vilja på andra. Fortsätt flitigt med Edra öfningar i koncentrering, och Ni skall utbilda Eder till den största jätte i jämförelse med dem, som icke innehafva denna makt. Försök på de mest

olika sätt Eder viljekraft på Eder själf, tills Ni är säker om att fullständigt ega herraväldet öfver Eder själf. Tröttna icke, förrän Ni uppnått detta. Så snart det lyckas Eder att blifva herre öfver Eder själf, håller Ni redan i handen herraväldet öfver andra.

XV LEKTIONEN.

Afskedet.

Åskåldig förnimmelse af sanningen. — Blott en fingervisning af en stor sanning. — Latenta krafter utvecklas. — Den praktiska sidan. — Den fördolda sidan. — Uppfattningen af mentalvetenskapen har en upphöjande verkan. — Kännedomen af „Ego“. — En litteratur af skum och såpbubblor. — Några hvetekorn bland halmen. — Praktisk kännedom förekommer sällan, men är mycket önsklig. — Ett råd åt sanningssökare. — Den lilla flamman i Edert inre. — En tredubbelt mäktig, dynamisk kraft. — „Jag är“-stykan. — Människornas broderskap. — Själfaktningen. — Låt icke lura dig. — Var ingen gul hund. — En kort regel att handla. — Missbruka ej den nyförvärfvade makten. — En fingervisning af den stora sanningen. — Ett råd till afsked. — Slut.

Jag känner väl, att läsarena af föregående lektioner hafva i sitt inre en känsla af, att den i undervisningen ingående sanningen visat sig för dem som en åskåldig iakttagelse. I ett verk af så litet omfång och sådan natur kan jag icke göra mer än helt enkelt fästa mina läsares uppmärksamhet vid de stora sanningar, som ligga till grund för denna vetenskap, på sin höjd gifva dem en fingervisning om den stora sanningen, göra dem bekant med några öfningar, som, i fall de samvetsgrant följas, sätta läsaren i stånd att utveckla sina latenta krafter. Mer skulle öfverskrida ändamålet med detta lilla verk, då det ju endast i populär form vill klargöra utöfningen och användningen af den personliga magnetismen och det psykiska inflytandet i det hvardagliga lifets angelägenheter. De flesta af läsarena skola nöja sig med den „praktiska“ sidan af saken och icke vara böjda för att intränga i det förborgade utvecklingsstadiet.

Utan att försöka vidlyftigare ingå på ämnet, ville jag dock ännu säga, att en intelligent uppfattning af den mentala vetenskapens grundsatser förskaffa eleven ett upphöjdt rättesnöre för hans lif och uppförande; att en sådan uppfattning för mannen till förverkligandet af hans egen styrka och makt, till medvetande om existensen af hans eget jag, om „Jag är“. Men kännedomen om „Ego“ för med nya plikter och angifver medlen för uppfyllandet af desamma.

Eleven, som studerar mitt „Nya tänkesätt“ (new thought), under hvilket namn denna vetenskap under senaste tiden blifvit känd, ser sig omgifven af en hel massa litteratur, hvaraf dock mångt och mycket är endast skum och såpbubblor. Det finnes visserligen några korn „tankar“ däri, men invecklade i halmstackar. Forskaren efter idéer afspisas med ord, ord och återigen ord. De arbeten öfver detta ämne, som verkligen äro värda att studeras, äro räknade, och eleven vet tyvärr icke, hvar de finnas att tillgå. Praktiska, förståeliga böcker härom saknas af mången, och, om man följer den fastställda regeln, enligt hvilken allvarligt efterlängtade saker äfven anskaffas, kan man vara säker på, att sådana böcker skola framträda. Invänta blott tiden!

Till eleven ville jag ännu säga: Låt Dig icke vilseledas af ändelsen „ismus“ eller glänsande artiklar, Du eger den verkliga sanningen i Dig själf, och med tiden skall du blifva den varse, om du småningom och på naturlig väg utvecklar den som en blomma. Kännedomen af „Jag är“ medför redan sin lön. Den lilla flamman uti Dig skall kasta sitt ljus på allting och belysa hvarje föremål.

Gå din väg genom lifvet med allvar och lugn. Öfverilning har ingenting med snabbhet att göra; omkringsvärmande är icke handlingskraft, larm är icke styrka. Mannen med de lugna, allvarliga och uthålliga egenskaperna uppnår måkt, långt förr än hans broder med de

motsatta egenskaperna hinner fram. Förtroende, väntan och lugnt begär bilda den tredubbla, mäktiga, dynamiska kraft, som kunde lösa många uppgifter, om människan skulle erkänna densamma. Den vise mannen drager nytta af det som narren öfverser. „Stenen, som byggmästaren förkastade, skall blifva templets hörnsten.“

Kryp ej omkring som ormen på sin buk; kasta Dig icke i stoftet och anropa icke himlen till vittne öfver, hvilken afskyvärd varelse Du är; kalla Dig icke själf en „eländig syndare“, som endast synes lämplig för den eviga förtappelsen. Nej, tusen gånger nej! Stå upp, höj hufvudet och ansiktet mot himmelen; kasta skuldrorna bakåt och fyll Dina lungor med naturens ozon. Säg sedan åt dig själf: „Jag är“ en del af den eviga lifsprincipen: „Jag är“ skapad till Guds afbild; „Jag är“ uppfylld af lifvets gudomliga ande; intet kan skada mig, ty „jag är“ en del af det eviga lifvet.

Gå bort, kära vän, stark i Ditt beslut, stark i Din nyförvärfvade kraft. Gör först Din skyldighet mot Dig själf, sedan mot Dina bröder, andra människor. Erkänn människornas broderskap; erkänn, att alla människor äro Dina bröder, visserligen ett stackars pack till anförvandter, men icke desto mindre Dina bröder. Lura icke Din broder och låt Dig icke bedragas af honom. Om Du emot ditt eget inseende, emot Ditt samvete, gifver efter för honom, skadar Du icke blott dig själf, utan äfven honom. Börja aldrig kampen, men låt icke ostraffadt slå dig till marken. Om någon slår Dig på kinden, så vänd icke den andra till, utan gif den som angriper Dig ett litet kok stryk, men med stadig hand. Om han åter kommer till dig, skall Du icke möta honom med hat i hjärtat, utan förlåta honom. Läran om afstående från allt motstånd missförstås fullkomligt; därmed har väl dock icke menats, att Du skall vara en benlös varelse, såsom ett får eller ett mänsklighetens harhjärta. Nej, nej; om Du låter en annan lura Dig och göra Dig orätt,

handlar Du icke rätt emot honom; det är Din plikt att göra situationen klar för honom och visa, med hvem han har att göra. Naturligtvis talar jag här om verkliga ingrepp i Dina rättigheter; men man får icke söka orättvisa i sin inbillning och af en myrstack göra ett bärg, det vore just den andra ytterligheten. Men hatet må ej finna rum i Ditt hjärta. Gå genom världen „med Guds mildhet i hjärtat, men en stadig, stark knölpåk i handen". Begagna icke käppen till angrepp (det får du aldrig), men håll den alltid beredd till ditt försvar. Om Du är klädd i „rättvisans rustning", och världen ser, att du har aktning för Dig själf och icke tål några dumheter, skall den bemöta Dig med aktning. Hunden, som bevarar en förtroendefull lugn hållning, löper mindre fara att blifva påtrampad af de förbigående än den retliga best, som rasande, med svansen mellan benen just utfordrar det prygel den förtjänar. Den får hvad den väntar. Hvad här är sagdt om hunden, gäller äfven för människan. Om Ni följer föreliggande lilla boks råd och anvisningar, skall Ni säkert icke behöfva mottaga många åt Eder måttade slag. Men märk väl, att Ni aldrig får vara den första, som tilldelar ett slag; Ni måste vara på det klara därmed.

En gammal skriftställare har sammanfattat människans plikter mot hennes medmänniskor i få ord såsom följer:

„Gör ingen orätt och gif hvar och en hvad honom tillkommer."

Skulle människorna för hela lifvet taga dessa ord till grundsats för sina handlingar, behöfde vi inga rättslärda, inga domstolar, inga fängelser. Lifvet skulle då te sig „som en lång, ljuf sång". Försök blott framkalla detta resultat.

Ännu en sak; jag varnar Dig för att missbruka din nyförvärfvade makt; släpa icke Gudagåfvan i smutsen. Använd den oförhindradt till ditt eget bästa, på hvarje

lagligt sätt, men skada icke någon medmänniska på grund af din gåfva eller medels densamma.

Om läsaren icke fullkomligt fattat en eller annan upplysning, som denna bok innehåller, får han icke känna sig modfälld; förståelsen kommer efteråt. Studera upprepade gånger de lektioner, som synas Eder svårast; därefter försätter Ni Eder kroppsligt och andligt i det förslappade tillståndet. Träd in i tystlåtenhetens sal, och nytt ljus skall strömma emot Eder. „Klappen, och Eder skall varda upplåtet“; „Bedjen, och Eder skall gifvet.“

Och nu, kära vänner, måste vi taga afsked af hvarandra. Våra vägar skiljas åt. Vi träffas kanske åter, men om icke, så låtom oss skiljas med känslan af, att vår korta bekantskap icke varit till skada för oss. Om jag gjort Eder något godt, om jag uppväckt hos Eder nya tankar, förhoppningar och förväntningar, så visa dem i Edra handlingar i resultatet.

Vår lilla resa längs flodstranden har varit ett nöje för mig, och jag är öfvertygad om, att jag icke tråkat ut Eder, att jag icke framkallat hos Eder ett möjligt beklagande öfver vår bekantskap. Det finnes ingen tillfällig bekantskap, det kan Ni vara säker på, ty „Det finnes ingen slump“.

Slutligen ännu ett särskildt tack för den älskvärda uppmärksamhet, hvarmed Ni följt mina andraganden.

Slut.

Buchdruckerei Wilhelm Hartmann, Berlin SO. 16.